



D magazine

“นิตยสารดี มีดี เพื่อคนไทย”



เดินสู่เหย้า



นิตยสารดี

www.d-magazine.de / www.d-magazine.eu
e-mail: info@d-magazine.de

ผู้ผลิต

สมาคมศิลปินวัฒนธรรมไทย เฮกา - โบเดนเซ
Am Maisenbühl 28 C, 78333 Wahlwies-Stockach

หัวหน้าบรรณาธิการ

ดร.พัทยา เรือนแก้ว

กองบรรณาธิการ

ดร.พัทยา เรือนแก้ว (สังคมและครอบครัว)
อัญชัญ เฮียร์ลิง (ศิลปะและวัฒนธรรม)
สวพร บัวแดง (กฎหมายและการศึกษา)
โสภภาพร ควรัช (ข่าว)

ผู้ร่วมงานในเล่ม

ณิชยา เทวกุล ณ อยุธยา, รัตนา วงษ์ภาวสุทธิ,
เดิมศิริ ไชยเรืองศิริกุล, อรณี ไฟฟ์เฟออร์, ประสม ชัยพัฒนานากร,
เบญจกุล วงศ์ภาคำ, มาร์ติน เดมเมอร์, อีซา บาร์ลัค,
ขนิษฐา อัลดอร์, บุญส่ง ชเลธร, ศิริพร แกร์สเนอร์, สุชาดา ไบเยอร์

พิสูจน์อักษร

มีชฌวิญญู ตุ่มพงษ์

กราฟิก

ขวัญเนตร เหลืองทองคำ, ชลัช วรยรรยง

ภาพวาดและภาพถ่าย

วลาวัลย์ อัลเบรช, อัญชัญ เฮียร์ลิง, ชลัช วรยรรยง

เว็บมาสเตอร์

เบญจมาศ คลิงเลอร์

โรงพิมพ์

Saxoprint GmbH , Digital- & Offsetdruckerei,
Enderstraße 94, 01277 Dresden

สมัครเป็นสมาชิก ราคารวมค่าส่ง

สมาชิกรายปี รับผิดชอบ 4 เล่ม กำหนดออกทุกๆสามเดือน สมาชิก
ในเยอรมนีและออสเตรีย ปีละ 20,00 ยูโร สมาชิกในสวิตเซอร์แลนด์
ปีละ 35,00 ฟรังก์
สิ่งตีพิมพ์ในนิตยสาร “ดีมาก” สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย ไม่อนุญาต
ให้คัดลอกสิ่งตีพิมพ์ต่างๆและรูปภาพก่อนได้รับอนุญาตจากผู้ผลิต
คัดลอกหรือพิมพ์ซ้ำบทความหรือรูปภาพที่เคยพิมพ์เผยแพร่ที่อื่นมา
แล้ว กรุณาติดต่อเจ้าของบทความโดยตรง

02/06.2010

ISSN: 2190-636X

D- Magazine

www.d-magazine.de / www.d-magazine.eu
e-mail: info@d-magazine.de

Impressum

Herausgeber

Thailändischer Kunst-und Kulturverein Hegau-Bodensee),
Am Maisenbühl 28 C, 78333 Wahlwies-Stockach

Chefredakteurin

Dr.Pataya Ruenkaew

Redaktion

Dr.Pataya Ruenkaew (Sozial und Familie)
Aunchun Hirling (Kunst und Kultur)
Swaporn Boudang (Rechts und Ausbildung)
Sopaporn Kurz (Nachrichten)

Redaktionsmitarbeiter

Nichaya Devakula Na Ayutthaya, Rattana Wongphawasutthi,
Termsiri Chairueansirikul, Auranee Pfeiffer,
Prasom Chaipatthanakorn, Benchakul Wongphakam, Martin
Demmer, Isa Barlak, Khanittha Adler, Boonsong Chaletorn,
Siriphorn Gerstner, Suchada Beyer

Korrektor

Matchuwin Toompong

Grafikerin

Kwannate Leuangtongkum und Chalal Worayanyong

Bilder und Fotos

Walawal Albrecht, Aunchun Hirling, Chalal Worayanyong

Webmaster

Benjamas Klingler

Druckerei

Saxoprint GmbH , Digital- & Offsetdruckerei, Enderstraße 94,
01277 Dresden, www.meindruckportal.de

Abonnement

“D-mag” erscheint vierteljährlich. Der Abonnement - Preis inkl.
Versand beträgt für den Bezug in Deutschland und Österreich
20,00 Euro und in die Schweiz 35,00 SFR.

Vervielfältigung von Artikeln und Fotos ist nur mit Genehmigung
von dem Herausgeber erlaubt.

Vervielfältigung oder Nachdruck von bereits in einem anderen
Medien erschienenen Artikeln oder Fotos wenden Sie sich
bitte direkt an Autors.

สวัสดิ์คะท่านผู้อ่าน

ตีมากฉบับนี้เป็นฉบับที่สอง เมื่อถึงมือท่านผู้อ่านก็คงจะเข้าเดือนกรกฎาคมพอดี ซึ่งจะเป็นฤดูร้อน ก็หวังว่าอากาศคงจะอบอุ่นขึ้น หลังจากที่เย็นมาอย่างต่อเนื่อง โรงเรียนในบางรัฐคงปิดภาคฤดูร้อนไปแล้ว และในบางรัฐก็กำลังจะปิดตามมา ถึงช่วงนี้คนไทยส่วนใหญ่ที่พำนักในเยอรมนีหรือยุโรป โดยเฉพาะที่มีบุตรที่ยังศึกษาอยู่ในโรงเรียนทั้งประถมและมัธยม มักจะเดินทางกลับไปเยี่ยมบ้านที่เมืองไทย คณะทำงาน ตีมาก จึงตั้งชื่อ ตีมาก เล่มสองนี้ว่า ฉบับคืนสู่เหย้า

ในฉบับนี้ ตีมาก จึงได้นำเสนอ ประสบการณ์การจัดโครงการเยาวชนไทยคืนถิ่น ซึ่งได้นำเยาวชนไทย ที่พำนักอยู่ในต่างประเทศ เช่น ในทวีปอเมริกาเหนือ และยุโรป เป็นต้น เดินทางมาร่วมกิจกรรมต่างๆในประเทศไทย ประสบการณ์ที่ว่านี้ก็มิทั้งในฐานะผู้ที่เคยจัด และรายงานเกี่ยวกับโครงการที่นำเยาวชนไทยในเยอรมนีไปเยือนประเทศไทย เพื่อเสนอเป็นแนวทาง หากว่าอาจมีผู้สนใจที่จะเป็นผู้จัดโครงการเช่นนี้ หรือ สนใจที่จะจัดส่งเยาวชน ที่เป็นบุตรหลานของตนเองให้เดินทางร่วมโครงการที่มีการประเมิกันมาแล้วว่า เป็นประสบการณ์ที่มีคุณค่าควรที่จะส่งเสริมสนับสนุน

เดือนกรกฎาคม นอกจากจะเป็นช่วงที่ คนไทยมักคืนสู่เหย้า ซึ่งส่วนมากก็จะเดินทางกันไปทั้งครอบครัว ถือเป็นช่วงการพักผ่อน หรือ พักร้อน หรือตามภาษาเยอรมันก็ว่าเป็นช่วง Urlaub ประเทศไทย จึงเป็น ประเทศที่ครอบครัวไทยเยอรมัน ไซ้เป็นสถานที่พักผ่อน อย่างเช่นที่ คุณ มาร์ติน เล่าประสบการณ์ถึงสถานที่ที่ประทับใจในประเทศไทยในตีมาก ฉบับนี้ จะเหมือนกับความคิดเห็นของท่านผู้อ่านคนอื่นหรือเปล่าคงต้องอ่านเองนะคะ หรือหากว่าบางท่านไม่ได้คืนสู่เหย้าไปประเทศไทย อาจสนใจไปดูการแสดงกลองกระทุง ที่ประเทศสวีตเซอร์แลนด์ ก็ได้

เมื่อเมษายนที่ผ่านมา สมเด็จพระเจ้าฟจุฬาภรณวลัยลักษณ์ ได้เสด็จเยือนเยอรมนี เพื่อทรงศึกษาดูงานด้านการรักษาบำบัดโรคมะเร็ง ณ กรุงเบอร์ลิน ไฮเดนแบร์ก และ ซตุทการ์ท โดยจะได้ทรงนำวิชาการเหล่านี้นำไปปรับใช้กับการทำงานในด้านดังกล่าวในโรงพยาบาลจุฬาภรณ รายงานการเสด็จเยือนสถาบันต่างๆ พร้อมมอค์ความรู้ด้านการรักษาบำบัดโรคมะเร็ง ตีมาก ได้นำมาเสนอไว้ใน เล่มนี้

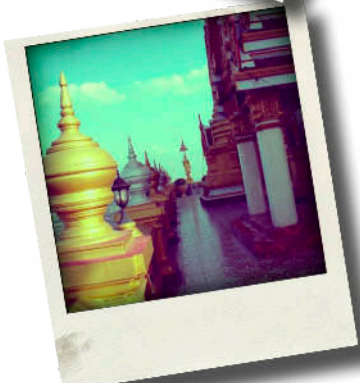
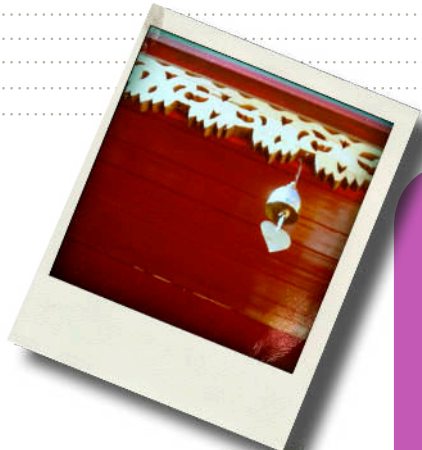
นอกจากเรื่องราวที่คณะทำงานคิดว่าน่าสนใจดังกล่าวแล้ว ตีมาก ฉบับนี้ ยังคงนำเสนอบทความในคอลัมน์ประจำต่างๆ เช่นเดิม ฉบับนี้ พบกับประสบการณ์อาชีพล่ามและผู้แปล พร้อมขั้นตอนการดำเนินการเป็นเรื่องเป็นล้าม บทสัมภาษณ์ คนไทยน้ำใจดี ในเยอรมนี จะเป็นใครลองอ่านกันดูนะคะ เมื่อรู้จักคนไทยน้ำใจดี ก็มารู้จักกับสมาคมไทย ที่ตั้งใหม่เมื่อต้นปีนี้ ในรัฐนอร์ทไรน์เวสฟาเลิน เรื่องราวเกี่ยวกับสุขภาพถึงช่วงเวลาบึงๆยากๆกันแล้วในเยอรมนี ลองมาดูกันนะคะว่า เพื่อสุขภาพควรที่จะระวังอะไรบ้าง ใครที่ติดตามรายการของสถานีโทรทัศน์อาร์เทแอล คงจะรู้จักคุณนฤมล สาวไทยที่โยเซฟหนุ่มเกษตรกรชาวเยอรมัน ตกหลุมรักขอแต่งงานด้วย เรื่องนี้ค่อนข้างฮือฮา มีความเห็นมากมาย ลองมาอ่านอีกแง่มุมมองหนึ่ง นะคะ การทำบุญคงเป็นเรื่องที่คนไทยเราค้นเคย แต่พระไพศาล กล่าวถึงบุญอีกประเด็นหนึ่ง อ่านแล้วท่านผู้อ่านคิดอย่างไรต่อ บุญที่ถูกลืมนะคะ ความเห็นมาแลกเปลี่ยนกันได้ นะคะ เรื่องราวกฎหมายในตีมาก ฉบับนี้ ก็ต่อเนื่องมาจากเล่มที่หนึ่ง เมื่อความรักกลับกลายอะไรบางอย่างที่ผู้หญิงไทยควรระมัดระวัง

หากจะให้บรรยายทุกคอลัมน์ คงต้องใช้เนื้อที่อีกมากพอควร เชิญเปิดไปอ่านกันเลย จะดีกว่า

อ่านแล้วหากท่านสนใจ เห็นว่า ตีมาก มีตัวอย่างที่เกริ่นไว้ สามารถสมัครเป็นสมาชิก หรือ สนับสนุนได้ในรูปบริจาค ลงโฆษณา เพื่อให้ ตีมาก มีโอกาสได้นำเสนอเรื่องราวดีๆ ต่อไป พบกันฉบับหน้า วันปิยะมหาราช

พัทยา เรือนแก้ว

pataya@d-magazine.de



สารบัญ

เรื่องดีจากปก

คืนสู่เหย้า : โครงการเยาวชนคืนถิ่น..... 17

ข่าวและปฏิทินข่าว

ปฏิทินกิจกรรม..... 5
ข่าวสังคม..... 5
ข่าวไทยในประเทศเยอรมนี..... 6
ข่าวในประเทศไทย..... 8
ข่าวต่างประเทศ..... 9

สังคมและครอบครัว

สังคม : “หญิงไทยน้ำใจดี” สัมภาษณ์ ดร. ปองใจ โรเซนเฟลด์..... 10
แนะนำสมาคม : สมาคมสามกระต่าย..... 13
อาชีพ : ประสบการณ์ล้ำ... “แดงโมเดก”..... 14
สุขภาพ : อาหารบึงย่างและมะเร็ง..... 23
นันทนาการ : ปรากฏการณ์นกอพยพ..... 34
ครอบครัว : “Ich bin ich und du bist du.”..... 34
ครอบครัว : i-Opinion..... 43
เด็ก : Trennung..... 52
ธรรมะดี ๆ : บุญที่ถูกลืม..... 56

ศิลปะและวัฒนธรรม

แฟชั่น : Mix and Match แฟชั่นรับลมร้อน..... 28
ดูหนังดูละครแล้วย้อนมาเล่าให้ฟัง : นาคปรก..... 30
เรื่องเล่าจากหนังสือ : CEO แห่งโลกกลางคืน..... 32
ห้องครัว : หอยนิวซีแลนด์ทอดสไตล์ไทย ๆ / ทับทิมกรอบสูตรแม่แก่..... 36
แนะนำหนังสือดี : The Last Lecture..... 37
ศิลปะ : Malkurs in Bildern “Die Farben des Regenbogens”..... 39
งานฝีมือเพื่อลูกรัก : ประดิษฐ์อักษรไทยให้ลูกเล่น..... 40
ทำเองก็ได้ง่ายจัง : คัพเค้กกล้วยหอม..... 42
เรื่องคนดัง : Lena “Die Sensation des Jahres”..... 47
ท่องเที่ยวยุโรป : Steel Pan, Steel Drum กลองกระทะ..... 54
ท่องเที่ยวไทย : Meine Lieblingsorte in Thailand..... 55

กฎหมายและการศึกษา

บทความพิเศษ : การศึกษาดูงานด้านการแพทย์ของทุลกระหม่อมหญิง ฯ..... 20
การศึกษา : โรงเรียนอนุบาล ตอนที่ 2 ประเภทของโรงเรียนอนุบาล..... 24
ภาษาเยอรมันในชีวิตประจำวัน : “ดอกไม้”..... 26
กฎหมายดี ๆ : สิทธิของมารดาไทย..... 48

ข้อแนะนำ

รู้ไว้ใช้ว่า : เรื่องของ “ขยะ”..... 45
อยู่อย่างเยอรมัน : พากบข้ามถนน..... 46
กฎระเบียบ : Hausordnung การอยู่ร่วมกันระหว่างเพื่อนบ้าน..... 51



20 การศึกษาจบด้านการแพทย์ของทุลกระหม่อมหญิง ฯ



17 โครงการเยาวชนคืนถิ่น



10 “หญิงไทยน้ำใจดี”



30 นาคปรก



46 พากบข้ามถนน

ปฏิทินกิจกรรม

กำหนดการกงสุลสัญจร

| วันที่ | เมือง | ที่อยู่ | ติดต่อ |
|-----------------------------------|-----------|---|---|
| 10 กรกฎาคม 2553 10 Juli 2010 | Bielefeld | IBZ Teutoburgerstr. 106, 33602 Bielefeld | ดร.พัทยา เรือนแก้ว 0521 89 10 38 |
| 17 กรกฎาคม 2553 17 Juli 2010 | Hausach | Sitzungssaal im Hausacher Rathaus Hauptstr. 40, 77756 Hausach | คุณจิราภรณ์ ไมเออร์-คันทซ์ 07831 69 58 |
| 14 สิงหาคม 2553 14 August 2010 | Endingen | Gemeindehaus Königschaffhausen Am Kirchengraben 1, 79346 Königschaffhausen-Endingen | คุณเกษมา ใจสงฆ์ 07642 93 07 07 |

ข่าวสังคม



วัดโพธิ์ไพริชงค์ใกล้เมืองมิวนิค จัดสวดปาฏิโมกข์ เมื่อวันที่ 24 เม.ย. โดยมีพระจำนวนทั้งหมด 10 รูปจากวัดโพธิ์ไพริชงค์, วัดป่า Muttodaya, วัดป่า Metta Vihara และพระจากวัดป่านานาชาติ รวมทั้งมีพระจากจังหวัดอุบลราชธานีมาร่วมด้วย 2 รูป อุบาสก อุบาสิกาทั้งหลายที่มาร่วมงาน มีทั้งชาวไทย พม่า ศรีลังกา และเยอรมันเป็นที่น่ายินดีที่พระพุทธศาสนาของเรามาเบ่งบานในต่างแดน (ปัจจุบัน วัดโพธิ์ไพริชงค์มีพระสงฆ์ประจำอยู่ 2 รูปคือ พระฟิลิปป์ จูติธมฺโม ชาวเยอรมัน เจ้าอาวาส และพระมหา เตโชภาส – พระศาสนาชรรมาจารย์ ชาวพม่า)
(รายงานโดย ยศสุนทร)



นับเป็นปีทองของการบินไทยอีกครั้ง ซึ่งนอกจากจะเพิ่งฉลองครบรอบ 50 ปีไปเมื่อต้นเดือนพ.ค. ยังชนะรางวัล Best Airline Lounge - First Class และ Best Airport Service จาก Skytrax World Airline Award Programs งานนี้ คุณเล็ก กลิ่นวิบูลย์ กรรมการผู้จัดการฝ่ายบริการลูกค้าภาคพื้นเดินทางมารับรางวัลด้วยตัวเองที่เมืองฮัมบวร์ก เมื่อ 21 พ.ค. ที่ผ่านมา

ชาวไทยในประเทศเยอรมนี

Kulturtag in Bodensee



งานศิลปวัฒนธรรมไทยครั้งที่ 6 ในหัวข้อ”ประตูสู่ประเทศไทย” จัดขึ้นเมื่อวันที่ 15 พ.ค. 2553 เนื่องในครบรอบสิบปีของสมาคมศิลปวัฒนธรรมไทย เฮกา-โบเดนเซ ได้รับความร่วมมือและสนับสนุนจากหน่วยงานราชการไทยและเยอรมัน สมาชิกสมาคม ชุมชนไทยและชุมชนเยอรมัน รวมถึง”คณะนักร้องประสานเสียงสวนพลูคลอรัส”ที่เป็นดังทูตวัฒนธรรมไทยจากประเทศไทย งานดังกล่าวประสบความสำเร็จอย่างน่าชื่นชม



Harmony of Life by Suanplu Chorus in Germany



คอนเสิร์ต Harmony of Life โดย คณะนักร้องประสานเสียง “สวนพลูคลอรัส” ชาวไทยในประเทศเยอรมนี ได้ร่วมกันจัดคอนเสิร์ตคณะนักร้องประสานเสียง “สวนพลูคลอรัส” ในชื่อ Harmony of Life ในสามเมือง เมื่อวันที่ 15 (Wahwies), 21 (Bad Wimpfen) และ 22 (Mannheim) พ.ค. 2553 มีผู้ให้ความสนใจมาร่วมงาน ทั้งชาวไทยและชาวเยอรมันกว่า 1,000 คน

Thai Cultural Festival in Hamburg



แผนกภาษาและวัฒนธรรมเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ สถาบันเอเชีย - แอฟริกา ศึกษา มหาวิทยาลัย Hamburg จัดงานวัฒนธรรมไทย ครั้งที่ 1 เพื่อเป็นการเผยแพร่วัฒนธรรม และให้ความรู้เกี่ยวกับประเทศไทยในด้านต่างๆ อีกทั้งเป็นการแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ทางประวัติศาสตร์และการเมือง อันจะนำไปสู่ความร่วมมือระหว่างนักศึกษาเยอรมันและนักศึกษาไทยในเยอรมนี เมื่อ 8 พ.ค.ที่ผ่านมา ในงานมีทั้งการอภิปราย, นิทรรศการเกี่ยวกับประเทศไทย, การเขียนชื่อไทย รวมทั้งการแสดงบนเวทีมากมาย ผู้ร่วมงานกว่า ๔๐๐ คนต่างก็ประทับใจเป็นอย่างมาก



Thai Cultural Festival in Frankfurt

ทช มช ประเทศไทย ศึกษานิเทศน์ของสถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต และการบินไทย พร้อมด้วยหน่วยงานภาครัฐและเอกชนอื่นๆ ร่วมกันจัดงานเทศกาลวัฒนธรรมไทย ระหว่างวันที่ 4-6 มิ.ย. ซึ่งจัดต่อเนื่องเป็นปีที่ 2 แล้วในเมืองแฟรงก์เฟิร์ต นอกจากการแสดงวัฒนธรรมไทย, สาธิตนวดแผนโบราณของไทย, การขายอาหารและสินค้าไทยแล้วยังมีการจัดแสดงผลงานของโครงการหลวงในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เพื่อช่วยเหลือชาวเขาและชาวไทย งานได้รับความสนใจอย่างยิ่ง มีประชาชนหลายหมื่นคนทั้งไทยและเยอรมันมาร่วมงาน

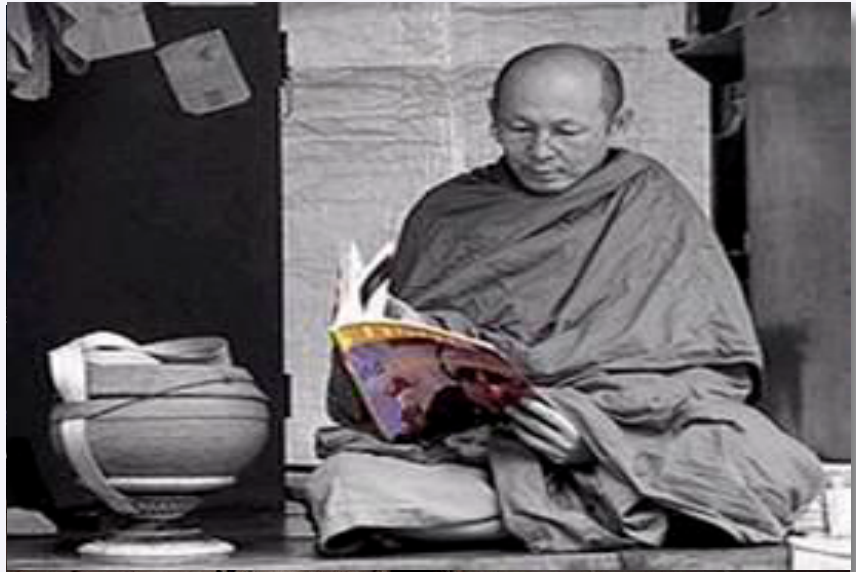


วันสำคัญ ๆ ในประเทศไทย

28 เมษายน 2553 วนครบรอบ 60 ปี การอภิเษกสมรสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช และพระบรมราชินีนาถ พระนางเจ้าสิริกิติ์ สถาปนาวิหุก WDR 5 นำมาเสนอเป็นสารคดี “**วันนี้เมื่อหลายปีก่อน**” ข่าวเฉลิมฉลองในประเทศไทย ไม่มีการกล่าวถึง

5 พฤษภาคม 2553 วันฉัตรมงคล เป็นวันที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงขึ้นครองราชย์ ปีนี้เป็นปีที่ 60 แห่งรัชกาลปัจจุบัน มีการเฉลิมฉลองอย่างสมพระเกียรติในประเทศไทย

13 พฤษภาคม 2553 วันพืชมงคล ในวันนี้มีการประกอบพิธีจรดพระนังคัลแรกนาขวัญ โดยปลัดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ นายยุคล ลิ้มแหลมทอง ได้รับโปรดเกล้าฯ ให้เป็นพระยาแรกนา ในพิธีพระยาแรกนาเสี่ยงทายผ่านงูยาว 6 คืบไปประกอบพิธีจรดพระนังคัลแรกนาขวัญ ไหโรหลวงพยากรณ์ว่า น้ำจะน้อย นาในที่ลุ่มจะได้ผลบริบูรณ์ดี แต่นาในที่ดอนอาจจะเสียหายบ้าง ได้ผลไม่เต็มที่ ส่วนการเสี่ยงทายพระโคกินเลี้ยง ปีนี้พระโค(ฟ้า-ใส) กินหญ้า พยากรณ์ว่า น้ำท่าจะบริบูรณ์พอควร พร้อมด้วยธัญญาหาร ผลาหาร ภักษาหารอุดมสมบูรณ์ดี ข้าวพันธุ์ที่นำมาใช้ประกอบพิธี เป็นพันธุ์ข้าวทรงปลูกพระราชทาน ซึ่งเจ้าหน้าที่ได้บรรจุของพลาสติกแจกจ่ายให้บรรดา พสกนิกร ประชาชน และชาวนาทั่วประเทศ เพื่อความเป็นสิริมงคลสืบไป



[ดูข่าวเพิ่มเติม](#)

แกนนำปช. มอบตัว และเหตุจลาจลในประเทศไทย

วันที่ 19 พฤษภาคม 2553 ศอฉ.โดยกองกำลังทหาร ได้เข้ากดดันการชุมนุมของกลุ่ม “เสื้อแดง” เกิดการปะทะกันรุนแรง ทำให้แกนนำประกาศยุติการชุมนุมเมื่อเวลาประมาณหลังเที่ยงวัน และได้เข้ามามอบตัวต่อกองบัญชาการตำรวจ เป็นเหตุให้ผู้ชุมนุมบางส่วนไม่พอใจ หลังจากนั้นได้เกิดเหตุทำร้าย และเผาอาคาร หลายแห่ง ในบริเวณสี่แยกราชประสงค์ ห้างเซนทรัลเวิลด์ และโรงพยาบาลนวมินทร์สยาม เป็นหนึ่งในอาคารที่ถูกเผาและพังทลายในที่สุด นอกจากนี้ยังมีเหตุการณ์ไม่สงบและเผาอาคารที่ทำการธนาคาร และหน่วยงานราชการ ในเขตอื่น ๆ ในกรุงเทพฯ รวมทั้งในบางจังหวัดในภาคอีสาน และเหนือ อันได้แก่ อาคารศาลากลางจังหวัดอุดรธานี และ ขอนแก่น เป็นต้น

เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนับเป็นการสูญเสียอย่างยิ่งสำหรับประเทศไทย

ทางหนึ่งนี้อาจเยียวยา คือ ธรรมะ และสติ

“เราทุกคนมีงานการก็ต้องทำ อย่ามัวแต่ดูข่าว และอย่าลืมกลับมาอยู่กับตัวเองด้วย กลับมาอยู่กับลมหายใจ กลับมาดูใจของตัวเองว่า เราเครียด เรากำลังโกรธ เรากำลังจุดไฟเผาใจของเราแค่ไหน ไฟมันไม่ได้ไหม้เฉพาะรอบๆ ราชประสงค์ มันไหม้ใจเราด้วย อย่ามัวแต่ห่วงกังวลไฟที่ไหม้แถวราชปรารภ บ่อนไก่ ดินแดงเท่านั้น หันมาใส่ใจไฟที่กำลังไหม้ในใจเราด้วย ถ้าไฟไหม้ใจเราแล้วเรายังดับไม่ได้ ก็จะก่อปัญหามากขึ้น ตอนนี้พอเราเครียดแล้วไม่รู้ทันความเครียดเราก็ไปสร้างความเครียดให้กับคนอื่น โกลด์ตัว ให้กับลูก ให้กับสามีภรรยา แล้วก็อาจจะอดรนทนไม่ได้ออกไปร่วมต่อสู้ ร่วมตอบโต้ ร่วมก่อความรุนแรง คนที่เป็นแบบนี้ก็เยอะ ดังนั้นเราจะทำให้สถานการณ์บ้านเมืองดีขึ้นไม่ได้เลยตราบใดที่เรายังไม่รู้จักรดับไฟในใจของเรา”

~~(www.thairath.com)~~ ส่วนจากบทสัมภาษณ์พระไพศาล วิสาโล FM 105

คลื่นวิทยุเพื่อเด็กและครอบครัว 17 พฤษภาคม 2553) เผยแพร่ใน กรุงเทพธุรกิจออนไลน์ วันที่ 21 พ.ค. 2553

ข่าวต่างประเทศ

ภูเขาไฟในไอซ์แลนด์ปะทุ ประเทศต่าง ๆ ในยุโรปปิดหน้าฟ้า

15 ตุลาคม 2553 ทวีปยุโรปและอเมริกา และเบอร์ลิน ประกาศปิดทำการ เนื่องจากการปะทุของภูเขาไฟ Eyjafjallajökull (ใครออกเสียงถูกมารับรางวัล) อย่างรุนแรง ประกอบกับกระแสลมที่อ่อน ทำให้เถ้าถ่าน และควันขึ้นเฝ้าจากภูเขาไฟเคลื่อนตัวไปทางทิศตะวันออกเฉียงเหนือซึ่งทำให้น่านฟ้ายังคงหนาที่ไปด้วยเถ้าถ่านกินวงกว้าง นอกจากท่าอากาศยานในเยอรมนีแล้ว ประเทศต่าง ๆ ในยุโรป เช่น สหราชอาณาจักร ไอร์แลนด์ เดนมาร์ก นอร์เวย์ สวีเดน ฟินแลนด์ เบลเยียม และเนเธอร์แลนด์ ได้ประกาศปิดหน้าฟ้า เช่นกัน ณ วันที่ 24 พฤษภาคม การปะทุของภูเขาไฟดังกล่าวสงบลง คงปล่อยเพียงควันของไอความร้อนขึ้นมาเท่านั้น แต่จะหมายความว่าภูเขาไฟนี้จะสงบเลยหรือไม่ ผู้เชี่ยวชาญยังไม่ยืนยัน

เปิดงาน World Expo ที่เชียงใหม่

1 พฤษภาคม 2553 เป็นวันเปิดงาน World Expo ซึ่งปีนี้จัดขึ้นในเมืองเชียงใหม่ ประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีน ชาวว่าในวันเปิดงานนั้น ตัวกว่า 5 แสนใบ ถูกขายเกลี้ยง ผู้คนแออัดยัดเยียดกันในพื้นที่จัดงานริมแม่น้ำหวงผู่ เพื่อดูการแสดงจาก 189 ประเทศ อันอุดมไปด้วยการออกแบบบ้านรวงแข่งขันทางด้านสร้างสรรค์ นวัตกรรม เทคโนโลยี และ วัฒนธรรมที่น่าตื่นตาตื่นใจยิ่งนัก ประรำของไทยสามารถเรียกความสนใจไม่น้อย ใครคนหนึ่งแอบได้ยินบทสนทนาที่หน้าประตูของไทยของงานนี้ “นางสาวประเทศไทย คุณมีทุกอย่างสุดประเสริฐ แต่ทำไมคุณแก้วิกฤติการเมืองเองไม่ได้ ?” คือคำถามจากชาวต่างชาติที่มาเยือนหรือเข้าชมการแสดงต่อคนไทยที่ยืนเก๋ๆ กังๆ เพราะไม่รู้จะตอบคำถามว่าอย่างไร นำคร้า...ความอลังการและตื่นตาตื่นใจของ World Expo เชียงใหม่ ยังมีอีกความบังเอิญความโศกสลด ของความรู้สึกของคนไทย ในฐานะที่เชื่อมทุฑของประเทศในแคว้นระหว่างประเทศได้”

(จากกรุงเทพธุรกิจออนไลน์ 8 พ.ค. 2553)

อังกฤษได้รัฐบาลผสมอีกครั้งหลังจากครั้งล่าสุดเมื่อ 36 ปีก่อน

11 พฤษภาคม 2553 นายเดวิด คาเมรอน หัวหน้าพรรคอนุรักษนิยม วัย 43 ปี ได้รับการแต่งตั้งอย่างเป็นทางการจากสมเด็จพระราชินีเอลิซาเบธที่ 2 แห่งราชวงศ์อังกฤษ ให้ดำรงตำแหน่งนายกรัฐมนตรีคนใหม่ของอังกฤษ หลังจากนายคาเมรอนได้รับชัยชนะในการเลือกตั้งทั่วไปเมื่อวันที่ 6 พฤษภาคม ที่ผ่านมา ทำให้นายคาเมรอนเป็นนายกรัฐมนตรีอังกฤษที่มีอายุน้อยที่สุดในรอบเกือบ 200 ปี และอังกฤษมีรัฐบาลผสมระหว่างพรรคอนุรักษนิยมและพรรคเสรีประชาธิปไตย ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่ไม่ค่อยจะเกิดขึ้นบ่อยนักในประเทศอังกฤษ

ฟิลิปปินส์ ได้ประธานาธิบดีคนใหม่

11 พฤษภาคม 2553 คณะกรรมการจัดการเลือกตั้งของฟิลิปปินส์ (Comelec) แถลงผลการเลือกตั้งว่า นายเบนิโญ อากวีโน หรือ “นอยนอย” วุฒิสมาชิกและบุตรชายวัย 50 ปีของอดีตประธานาธิบดีโคราซอน อากวีโน ได้รับชัยชนะในการเลือกตั้งประธานาธิบดีของฟิลิปปินส์ ด้วยคะแนนเสียง 11.92 ล้านเสียง ซึ่งสูงกว่าคะแนนของคู่แข่งรายอื่นอยู่ราว 3.62 ล้านเสียง นางกลอเรีย อาร์โรโย ประธานาธิบดีคนปัจจุบัน มีกำหนดส่งมอบอำนาจให้ผู้นำคนใหม่ ในวันที่ 30 มิ.ย.นี้ หลังครองตำแหน่งมาตั้งแต่ปี 2544

ข่าวในเยอรมนี

วันแรงงานสากล รองประธานสภาผู้แทนราษฎรแห่งสหพันธ์ ถูกยกออกจากวงประท้วง

1 พฤษภาคม 2553 วันแรงงาน ถือเป็นวันหยุดราชการ และเป็นวันที่แรงงานจะออกมาชุมนุมแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ ในเบอร์ลินมีการชุมนุมต่อต้านกลุ่มนาซีใหม่ ที่ออกจะเป็นข่าวให้ตกใจถึงวิพากษ์วิจารณ์มากมายหนอยก็คือ การนั่งประท้วงของนายเทียร์เซอร์ รองประธานสภาผู้แทนราษฎรแห่งสหพันธ์ เขานั่งประท้วงร่วมกับผู้ชุมนุมอื่น ๆ บนถนน ข่าวว่าตำรวจต้องยกเขาออกจากถนนเพื่อไม่ให้กีดขวางการจราจร

รัฐนอร์เวย์ไร้เวสฟาเลิน (NRW) เลือกตั้งสมาชิกสภาราษฎรของรัฐ

9 พฤษภาคม 2553 เป็นวันเลือกตั้งในรัฐ NRW ผลการเลือกตั้งไม่มีพรรคใดได้คะแนนเสียงข้างมาก พรรค CDU และ SPD ได้คะแนนคู่ที่ต่างกันอยู่ที่จุดศนิยมเท่านั้น แต่ก็นับว่าเป็นการพ่ายแพ้ของพรรค CDU ที่คะแนนเสียงหายไปมากกว่า 10% แต่ที่พ่ายแพ้มากกว่าน่าจะเป็น SPD เพราะคะแนนเสียงที่ได้นับว่าต่ำสุดเท่าที่เคยมีการเลือกตั้งมาในรัฐนี้ แต่ SPD ไม่ได้กล่าวถึงจุดนี้ ที่น่าสนใจคือครั้งนี้เป็นครั้งแรกที่พรรคซ้าย (die Linke) ได้คะแนนเกิน 5% เข้ามามีที่นั่งในสภา การเจรจาจัดตั้งรัฐบาลโดยนางฮันนาโรว์ คราฟท์ พรรค SPD ร่วมกันพรรคเขียว และพรรคซ้าย ล้มเหลว แนวโน้มก็คือการจัดตั้งรัฐบาลร่วมกับพรรค CDU

วันสำคัญ ๆ ในเยอรมนี เดือนพฤษภาคม

วันแม่ Muttertag วันอาทิตย์ที่สองของเดือนพฤษภาคมจะเป็นวันแม่ ปีนี้ตรงกับวันที่ 9 พฤษภาคม 2553 การเฉลิมฉลองวันแม่เกิดขึ้นเมื่อต้นทศวรรษที่ 20 ในสหรัฐอเมริกา โดยมีต้นกำเนิดจากขบวนการต่อสู้เพื่อสตรี 1865 Ann Marie Reeves Jarvis ก่อตั้งขบวนการสตรีชื่อ วันมิตรภาพของแม่ และในปี 1870 Julia Ward Howe ได้เริ่มกิจกรรม วันแม่เพื่อสันติภาพ ด้วยเป้าหมายที่ว่า ลูกชายทั้งหลายของแม่จะต้องไม่ถูกฆ่าในสงครามอีก ในเยอรมนีมีการเฉลิมฉลองวันแม่เมื่อราวๆ ปี 1922/23 เป็นการริเริ่มของร้านขายดอกไม้ ด้วยประกาศโฆษณา เพื่อชูเกียรติของแม่ ในวันแม่นี้ ลูก ๆ หรือบ่อยครั้งก็พ่อของลูก จะหาซื้อดอกไม้ไปให้ผู้เป็นแม่ และแม่ของลูก

13 พฤษภาคม 2553 เป็นวัน Christi Himmelfahrt 40 วันหลังเทศกาลอีสเตอร์ (Ostern) ชาวคริสตนิกายคาทอลิกจะเชื่อกันว่าวันนี้เป็นวันที่ Jesus von Nazareth กลับขึ้นไปหาพระบิดาในสวรรค์ วันนี้ในเยอรมนีถือว่าเป็น วันพ่อ Vatertag และถือเป็นวันหยุดราชการตั้งแต่ปี 1936 บางครั้งจะเรียกวันนี้ว่า วันสุภาพบุรุษ ส่วนใหญ่ จะมีกิจกรรมสำหรับคุณผู้ชาย เช่น ท่องเที่ยวด้วยรถม้า เดินเท้าทางไกล และที่หลาย ๆ คนอาจเคยได้ยินก็คือ เป็นวันที่คุณแม่ปล่อยคุณพ่อทั้งหลายไปดื่มแอลกอฮอล์ร่วมกัน

23 - 24 พฤษภาคม 2553 เทศกาล Pfingsten ซึ่งจะเป็นเวลา 50 วันหลังเทศกาลอีสเตอร์ ถือเป็นงานเฉลิมฉลองการมาถึงของจิตวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์ ตามที่ Jesu ได้ประกาศไว้ วันนี้ยังถือเป็นวันสถาปนาก่อตั้งโบสถ์อีกด้วย ตามความเชื่อของชาวคริสต์ วันนี้ชาวคริสต์ที่รับศีลจุ่มแล้วจะได้รับจิตวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์ และสามารถที่จะกลับมาเกิดใหม่ได้

หญิงไทยหัวใจดี

โดย วีชนิ ไบลาน

“...การทำประโยชน์ให้ประเทศไทย
อยู่ที่ไหนก็ทำได้...”



เยอรมนีนับเป็นประเทศหนึ่งที่มีประชากรไทยอาศัยอยู่เป็นจำนวนมาก คงจะมากที่สุดที่สุดในยุโรป หากจะเป็นรองก็จะเป็นอเมริกาเท่านั้น ประชากรไทยในเยอรมนีมีลักษณะพิเศษอย่างหนึ่งคือเป็นหญิงมากกว่าชายหลาย เท่าตัว นั่นคือกว่า 80% ของประชากรไทยในเยอรมนีเป็นหญิง และจำนวนไม่น้อยของหญิงเหล่านี้ประสบปัญหาการใช้ชีวิตอยู่ในเยอรมนี ด้วยหน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือและให้คำปรึกษามีอยู่ไม่มากนักเพียงนับนิ้วมือได้ หญิงไทยจึงต้องพึ่งพาอาศัยกันและกัน และที่พึ่งพาของหญิงไทยก็มักจะเป็นหญิงไทยด้วยกันเองที่มีความพร้อมมากกว่าในหลายๆ ด้าน ทั้งภาษาและครอบครัว ที่ช่วยเหลือให้คำปรึกษาในลักษณะอาสาสมัครไม่มีค่าตอบแทนและไม่ได้สังกัดหน่วยงานใดๆ ด้วยตระหนักถึงความสำคัญของการทำงานอาสาสมัคร และเพื่อขวัญกำลังใจ สถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงค์เฟิร์ต จึงได้จัดโครงการ “คนไทยน้ำใจดี” เมื่อปีพ.ศ. 2548 เชิญชวนให้ผู้ที่ประทับใจในการทำงานให้ความช่วยเหลือของอาสาสมัครไทยเหล่านี้ เสนอชื่อผู้ที่สมควรได้รับรางวัล “คนไทยน้ำใจดี” ผลปรากฏว่ามีผู้ได้รับการเสนอชื่อทั้งสิ้น 18 ท่าน วันนีขอแนะนำหนึ่งในหญิงไทยน้ำใจดีซึ่งได้รับรางวัลโล่ห์เกียรติยศและหนังสือประกาศกิตติคุณจากรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศให้ผู้อ่านได้รู้จัก



“บางครั้งดีสามก็มีคนโทรมา บอกว่าอยู่ที่สถานนีตำรวจ ต้องให้การให้ช่วยมาแปลหน่อย มีรถก็เลยไป” “มีอีกคนโทรมาบอกว่าจะกินยาตาย เราก็ตัดว่าแกล้งพูด แฟนบอกว่าให้เรียกรถพยาบาลให้ไปรับ แล้วก็ขับรถตามไปดู ก็ไม่รู้หรือว่าอยู่ห้องไหน พอไปถึงเห็นรถพยาบาลเอาคนเจ็บไปแล้ว ก็เลยขับตามไปดูที่โรงพยาบาล แต่ก็ช่วยเหลือไว้ทัน” โทรศัพท์ขอความช่วยเหลือเหล่านี้ ดูจะเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นเป็นธรรมดา ในชีวิตประจำวันของอาจารย์ปองใจ หญิงไทยน้ำใจดี แห่งเมือง Hamburg ไปแล้วบ่อยครั้งในการช่วยเหลือคนไทย อาจารย์ปองใจต้องดำเนินการข้ามประเทศ อย่างเช่นเรื่องราวของ นาย ฟ. ซึ่งมารดาไทยพามาเยอรมนีด้วย และทั้งไปตั้งแต่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ ฟ. พิจารทั้งร่างกายและสมอง ฟ. ยังถือหนังสือเดินทางของไทย ซึ่งหมดอายุ

ไปนานแล้ว จำต้องต่ออายุหรือทำเล่มใหม่เพื่อที่จะขอต่อวีซ่า ผู้ที่จะมารับหน้าที่ดูแล ฟ. เป็นทนายความได้ทำเรื่องติดต่อไปยังสถานเอกอัครราชทูตหลายครั้ง แต่เรื่องก็เงียบอจด้วยเหตุขัดข้องบางประการ ต่อมาเจ้าหน้าที่ท้องถิ่นได้ติดต่อขอร้องให้อาจารย์ปองใจช่วยจัดการ เพราะ ฟ.ไม่มีเอกสารใดๆ นอกจากหนังสือเดินทางที่หมดอายุ และสูติบัตรฉบับแปลเป็นภาษาเยอรมันเท่านั้น อาจารย์ปองใจต้องไปเริ่มต้นขอสูติบัตรภาษาไทยจากภ.ภ.เกิด เมื่อได้สูติบัตรมาก็ต้องเที่ยวไปเที่ยวมาหลายครั้งเพราะฟ.มักจะวิ่งหนีไม่ยอมมาพิมพ์ลายนิ้วมือ สุดท้ายก็มาถึงเรื่องค่าใช้จ่าย ทางสถานเอกอัครราชทูต ได้สอบถามเรื่องค่าใช้จ่าย ว่าใครจะเป็นผู้จ่ายเงิน อาจารย์ปองใจจึงเป็นผู้รับผิดชอบเรื่องค่าใช้จ่ายทุกอย่าง จนกว่า ฟ. จะได้อหนังสือเดินทาง ในที่สุด ฟ. ก็ได้หนังสือเดินทาง เมื่อเดือนเมษายน 2546

“...ทำอะไรก็อย่าคาดหวังว่าเราจะต้องขอบคุณ...”

นอกจากช่วยเหลือคนเป็นๆ แล้ว อาจารย์ปองใจยังช่วย “ส่งอัฐิกลับบ้าน” มาหลายรายเช่นกัน อย่างกรณีของหญิงไทยรายหนึ่ง ที่ทำงานส่งเงินให้แม่และลูกสาวที่เมืองไทยเป็นประจำ แต่ชีวิตในบั้นปลายกลายเป็นคนเร่ร่อน ไม่มีที่อยู่ ไม่มีงานทำ ติดเหล้า ดำรงชีพด้วยการขอทาน จนกระทั่งมีผู้พบศพของเธอที่ห้องคนพเนจร และก็อย่างที่รู้ๆ กันอยู่ในหมู่คนไทยในฮัมบวร์ค หากต้องการความช่วยเหลือ “ไปหาอาจารย์ปองใจสิ” เพื่อนของหญิงผู้ตายโทรศัพท์มาหาอาจารย์ปองใจ ขอให้ช่วยติดตามหาศพให้อาจารย์ปองใจได้โทรศัพท์ติดต่อไปยังสถานที่ต่างๆ และที่สุดท้ายก็ไปพบศพอยู่ที่แผนกนิติเวชศาสตร์ของโรงพยาบาล Hamburg เมื่อพบศพ อาจารย์ปองใจก็ประสานงานไปทางสถานเอกอัครราชทูตทางสถานทูตฯ แจ้งว่า “อาจารย์จัดการเผาให้เสร็จก่อน แล้วทางสถานทูตฯจึงจะส่งอัฐิให้โดยไม่เสียเงิน” อาจารย์ปองใจจึงไปเรียกรับเงินจากคนไทยแถวๆ ถนนเรพาบาน ด้วยน้ำใจคนไทย ทำให้สามารถพาไปฝังศพได้เรียบร้อย พร้อมกันนี้ได้มีมนต์พระสงฆ์ไปสวดศพ และยังมีเงินเหลือ ส่งไปให้ที่บ้านของผู้ตายอีกด้วย

การทำงานให้ความช่วยเหลือคนไทยของอาจารย์ปองใจจะเป็นในลักษณะอาสาสมัครไม่มีใครว่าจ้าง ไม่ได้เรียกร้องค่าตอบแทน “เวลาช่วยก็ไม่ได้คิดถึงอะไร ไม่ได้คิดเรื่องเงิน ทั้งๆ ที่ก็ได้มีเงินเยอะนะ แต่ไม่อยากจะอะไร บางคนจะเอาดอกไม้มาให้ ก็บอกไม่เอา เอาของกินดีกว่า” แต่บางครั้งหากต้องพาคนไทยไปจัดการเรื่องเอกสารไกลๆ เช่นไปสถานเอกอัครราชทูต ทางเจ้าของเรื่องก็จะจ่ายค่าเดินทางให้อาจารย์ปองใจทำงานให้ความช่วยเหลือคนไทยมานานกว่า 30 ปี เริ่มตั้งแต่ปี.ศ. 1976 เมื่อเริ่มทำงานที่มหาวิทยาลัย Hamburg เริ่มจากช่วยแปลภาษาในกรณีต่างๆ เป็นล่ามจำเป็นที่ศาล ฯลฯ “ก็มันไม่มีใครทำนะ ก็ต้องช่วย” นอกจากจากงานแปล ก็เปิดสอนภาษาเยอรมันแก่หญิงไทย โดยเปิดสอนที่บ้าน เก็บค่าเล่าเรียน

สมาคมกระต่ายสามตัว

XXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

วันที่ 31 ธันวาคม 2552 โดยมีผู้ก่อตั้งทั้งหมดแปดคนคือ

- Marius Neumann
- Ralf Gabert
- Claudia Gabert
- Monika Brand
- Friedrich Brand
- Andreas Staudt
- Klaus Hofstätten
- Suchada Beyer



ความเป็นมาของ สมาคม ตั้งแต่ปี 2550 เป็นต้นมา Suchada Beyer ได้เปิดการสอนภาษาไทย แก่ชาวเยอรมันกลุ่มนี้ ที่ Volkshochschule Paderborn นอกจากการเรียนภาษาไทยอย่างต่อเนื่องแล้ว ยังได้มีการพบปะสังสรรค์แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ทำอาหารไทยร่วมกัน เยี่ยมชมงานวัฒนธรรมไทยร่วมกัน จนกระทั่ง เมื่อวันที่ 31.12.2551 ทุกคนมีความคิดและจุดประสงค์เดียวกันที่จะร่วมกัน

1. ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างชาวไทยและชาวเยอรมัน
2. ช่วยเหลือคนไทยในการปรับตัวให้อยู่ในสังคมเยอรมันได้อย่างมีคุณภาพ
3. ส่งเสริมวัฒนธรรมไทยให้ชาวต่างชาติได้เห็นคุณค่าแห่งความเป็นไทย ทั้งด้านภาษา ศิลปะ แพทย์แผนไทย ดนตรีไทยและอาหารไทย

จึงลงมติร่วมกันก่อตั้งสมาคม กระต่ายสามตัว นี้ขึ้นมา ในระยะเวลาสั้นๆ ด้วยความตั้งใจอย่างแรงกล้าทำให้สมาคมได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานและบริษัทต่างๆ รวมทั้งได้รับการยอมรับเป็นหน่วยงานช่วยเหลือสังคม Migrantenorganisation แห่งเมืองพาแดร์บอร์นด้วย

สมาคมมีความตั้งใจที่จะจัดกิจกรรมอย่างน้อยปีละ 3 ครั้ง โดยยึดแนวทางดังนี้

XXXXXXXXXXXXXXXX ส่งเสริมงานศิลปะไทย

XXXXXXXXXXXXXXXX เป็นการส่งเสริมวัฒนธรรมทางด้านอาหารโดยมีการทำอาหารร่วมกัน เปิดคอร์สสอนการทำอาหารไทย ซึ่งเป็นเรื่องที่ตั้งใจดูความสนใจของชาวเยอรมันอย่างยิ่ง

ไตรมาสที่สี่ จะจัดบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับเมืองไทย เช่น ด้านการท่องเที่ยว ด้านศาสนา ด้านสมุนไพรไทย ด้านการนวดและการสปาไทย ด้านภาษา ด้านวัฒนธรรมต่างๆ เป็นต้น โดยเปิดโอกาสให้ชาวเยอรมันทั่วไปได้สอบถามและเปลี่ยนความคิดเห็นพร้อมทั้งให้มีการพบปะสังสรรค์ระหว่างคนไทยและคนเยอรมันในท้องถิ่น

ปีนี้มีกิจกรรมที่ได้ดำเนินการแล้ว คือ

1. การจัดบรรยายโครงสร้างของภาษาไทย เมื่อวันที่ 6 กุมภาพันธ์ ที่โรงแรม IBIS โดยความสนับสนุนของอาจารย์ระวีวรรณ คาลดรัค-บุญนาค มีผู้เข้าร่วมฟังการบรรยายอย่างเกินคาดราว 50 คน และ
2. เมื่อวันที่ 27 เมษายน ที่ผ่านมา ได้จัดการบรรยายเกี่ยวกับการสร้างบ้านพักเด็กกำพร้าที่เชียงใหม่ มีผู้สนใจร่วมเข้าฟังถึง 70 คน



สมาคมฯ ใช้โลโก้ กระต่ายสามตัว อยู่ใต้หลังคาเรือนไทย กระต่ายสามตัว เป็นสัญลักษณ์ประจำเมือง Paderborn

เปิดตัวอย่างเป็นทางการเมื่อ วันที่ 6 กุมภาพันธ์ 2552 ที่โรงแรม IBIS เมืองพาแดร์บอร์น

สมาคมยินดีต้อนรับผู้ที่สนใจ และผู้สนับสนุนทุกท่าน

ท่านสามารถขอข้อมูลได้ที่

Suchada Beyer

โทร 01785638589 หรือ

<http://www.thailand-freunde.de/>

ประสบการณ์ล่าม...

“แอบโมเมนต์”

ดิฉันยังไม่ลืมวันแรกๆ ที่ไปเป็นล่ามในศาลแห่งหนึ่งในประเทศเยอรมนี ในวันนั้นรู้สึกปวดท้องมาก คิดเอาเองว่าคงจะเป็นอาการเครียดลงท้องแน่ๆ เมื่อเข้าไปในศาล หัวใจน้อยๆ ของดิฉันเริ่มเต้นแรง ดิฉันจึงหาหนทางจัดการกับตัวเอง โดยเอามือซ้ายกำนิ้วก้อยของมือขวาไว้แน่น แล้วหายใจเข้าลึกๆ ทำท้องป่อง พอหายใจออกให้ท้องแฟบ (คุณแม่เคยสอนไว้ตอนเด็กๆ เป็นวิธีระงับความตื่นเต้นได้) คดีแรกที่ดิฉันแปลในวันนั้นเป็นคดีครอบครัว ซึ่งในการพิจารณาตัดสินคดีมีประเด็นใหญ่อยู่สามเรื่องคือ ตัดสินให้หย่า การจ่ายค่าเลี้ยงดู และการปรับแบ่งสวัสดิการสะสมเบี้ยบำนาญของคู่หย่า ผู้พิพากษาในคดีแรกช่างใจดีเป็นที่สุด ท่านจะถามดิฉันตลอดเวลาว่า คุณรู้ไหม คุณเข้าใจไหม ไม่เข้าใจตรงไหนบอกนะ เช่น เรื่องที่เกี่ยวกับVersorgungsausgleich เป็นอย่างไร ดิฉันก็บอกไปตามตรงว่า “ไม่ทราบค่ะ ขอให้คุณอธิบาย แล้วดิฉันจะแปลเป็นภาษาไทย” แอบคิดในใจว่า เราเป็นล่ามไม่ใช่คนกฎหมายสักหน่อย ผู้พิพากษาอธิบายศัพท์เฉพาะทางให้ดิฉันเข้าใจ แปลงานแรกจึงผ่านไปได้อย่างดี จากวันนั้นเป็นต้นมา ดิฉันพยายามหาความรู้เพิ่มเติมในทุกเรื่อง มีความรู้เรื่องรอบตัวเองมากขึ้น ก็เพิ่มความมั่นใจให้ตัวเองในการล่ามมากขึ้นด้วย

ผลดีที่ได้จากการล่าม

- 1. ล่ามจับพลัน** เป็นการที่ล่ามจะแปลพร้อมๆ กับผู้นำเสนอพูด ช่วงเวลาที่ผู้นำเสนอพูดและช่วงที่ล่ามแปลนั้นไม่ควรห่างกันเกินกว่า 5 วินาที หากสามารถแปลในเวลาเท่ากันได้ จะเป็นการดีที่สุด การล่ามประเภทนี้เหมาะสมกับการประชุมระดับประเทศที่มีผู้ฟังจำนวนมาก หรือการฝึกอบรมที่ต้องการความจับพลันในการสื่อความ ความถูกต้องสำคัญที่สุด ต้องมีอุปกรณ์ เช่น หูฟัง ไมโครโฟน และเอกสารประกอบ ซึ่งควรได้รับล่วงหน้า การฝึกแปลจับพลันโดยการอ่านในใจให้ชำนาญจึงเป็นพื้นฐานสำคัญขั้นต้นเพื่อเตรียมตัวทำล่ามจับพลัน
- 2. ล่ามต่อเนื่อง** ผู้นำเสนอหยุดเป็นช่วงๆ เพื่อให้ล่ามแปลให้ผู้ฟังฟัง ในการล่ามชนิดนี้ล่ามอาจต้องนั่งหรือยืนอยู่ข้างผู้นำเสนอ ใช้ในการประชุมเล็ก การบรรยาย การฝึกอบรม หรือการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ผู้นำเสนอบางคนไม่ใคร่ชอบวิธีนี้ เพราะระหว่างรอให้ล่ามแปลความคิดของเขาจะเสียความต่อเนื่อง อาจลืมสิ่งที่ต้องพูดต่อไป และทำให้การนำเสนอยาวเป็นสองเท่า ข้อดีสำหรับผู้ทำล่ามประเภทนี้คือมีช่วงให้คิด หากไม่เข้าใจเนื้อหาส่วนใดก็ซักถามได้ การแปลจึงทำให้สละสลวยได้ ส่วนใหญ่ดิฉันทำการล่ามในลักษณะนี้ค่ะ
- 3. ล่ามกระซิบ** เป็นการทำการล่ามเฉพาะบุคคลหรือเฉพาะกลุ่ม ใช้ในการประชุมกลุ่มย่อย หรือการฟังการพิจารณาคดีที่ศาล ล่ามต้องอยู่ข้างผู้ฟังและทำการล่ามตลอดเวลา

การถูกเรียกตัวไปเป็นล่ามในส่วนราชการนั้น จะมีการนัดหมายเป็นลายลักษณ์อักษรก่อนล่วงหน้า ยกเว้นการล่ามในสถานีตำรวจซึ่งส่วนใหญ่จะด่วนมากๆ จนล่ามตั้งตัวไม่ทันเหมือนกัน

งานล่ามที่ดิฉันชอบมากที่สุดคือ ล่ามในโอกาสจดทะเบียนสมรสและแทบทุกครั้ง ดิฉันจะได้แปลประโยคที่ว่า “จากวันแรกที่คุณทั้งสองได้ยื่นคำร้องขอจดทะเบียนสมรส มาจนถึงวันนี้ ซึ่งเป็นวันแห่งความสุข เป็นวันที่ได้พิสูจน์ความรักของคุณทั้งสองที่มีต่อกันและเป็นวันที่คุณทั้งสองจะไม่มีวันลืม ...” เพียงดิฉันแปลประโยคแรก เจ้าสาวน้ำตาเริ่มคลอ นายทะเบียนแทบทุกคนจะมีความรู้สึกร่วมกับคู่บ่าวสาวที่ต้องฝ่าฟันขั้นตอนนี้ต่าง ๆ นานา มาเป็นเวลาหลายเดือน บางคู่ต้องรอเป็นปี บางคู่ต้องรอเกินปี พอดีลูกคนแรกคลอดพอดี

นายทะเบียนพยายามทำหน้าที่อย่างเต็มที่ในวันจดทะเบียนสมรส พอๆ กันกับล่ามที่ตั้งอกตั้งใจแปลให้ภาษาแห่งความรักคงความงดงามไว้

เมื่อปี ค.ศ. 2005 ดิฉันเป็นล่ามให้คู่บ่าวสาวคู่หนึ่ง ในวันที่ยื่นเอกสาร ณ สำนักทะเบียน ดิฉันเป็นล่ามแปลให้และทราบว่าเอกสารไม่ครบ จึงบอกแก่นายทะเบียน นายทะเบียนไม่เชื่อ และส่งเอกสารและคำร้องต่อไปยังศาลสูง แล้วก็รอ สี่สัปดาห์ผ่านไปศาลสูงแจ้งกลับมาว่า ต้องการเอกสารเพิ่มอีก นายทะเบียนจึงติดต่อกับคู่บ่าวสาวและแจ้งว่า ยังจดทะเบียนสมรสไม่ได้ เจ้าบ่าวชักฉุนและได้โทรขปรึกษาดิฉัน พร้อมกับแสดงอารมณ์โกรธนายทะเบียนคนนั้นมาทางสาย ดิฉันกลายเป็นกระโถนไปเลยคะ ดิฉันจำต้องทำหน้าที่นอกฐานะล่าม ได้อธิบายให้เจ้าสาวทราบว่าต้องการเอกสารอะไร ตอนนี้อยู่เลยคะ เจ้าสาวอยู่เยอรมนีแล้ว ต้องไปทำใบมอบอำนาจให้คนทางเมืองไทยไปยื่นคำร้องขอเอกสารให้ คุณเจ้าบ่าวมีอาการร้อนอยู่แล้วถึงกับฟิวส์ขาด เพราะตนเองไม่มีรถยนต์ ต้องเดินทางไปสถานกงสุลใหญ่ แฟรงค์เฟิร์ตด้วยตนเอง ตัวรถไฟขึ้นประหยัดสำหรับสองคนราคา 120,00 ยูโร ส่วนเจ้าสาวเริ่มอแง กลัวจะไม่ได้แต่งงาน เพราะตั้งครมได้ 6 เดือนแล้ว อยากรู้ก็ตามต้องส่งเอกสารสำคัญไปให้ศาลสูง ทั้งสองเริ่มดำเนินการทันที หนึ่งเดือนผ่านไป ยังไม่มีวีแววเอกสารใดๆ เจ้าสาวต้องไปต่อวีซ่า เสียเงินไปอีก 40,00 ยูโร สองเดือนผ่านไป ก็ยังไม่มีวีแววใดๆ เจ้าสาวเริ่มอ้วยอ้วยเต็มที่ เจ้าบ่าวเริ่มร้อนใจเพราะตนเองก็รับเงินตกงานอยู่ ถ้าลูกคลอดตอนนี้ ประกันสุขภาพไม่จ่ายเงินค่าพยาบาลให้แน่ๆ

ในที่สุดเอกสารที่รอคอยก็มาถึงมือเจ้าบ่าว ดิฉันทำหน้าที่แปลเอกสารอย่างด่วนจี๋ แล้วส่งไปให้ศาลสูง สองสัปดาห์ต่อมา ศาลสูงก็อนุมัติให้เจ้าบ่าวและเจ้าสาวคู่นี้จดทะเบียนสมรสกันได้ สำนักทะเบียนนัดจดทะเบียนสมรสเร็วที่สุดเท่าที่จะเร็วได้ ในวันที่นัดดิฉันไปก่อนสิบนาที่ตามความเคยชิน เจ้าหน้าที่สำนักทะเบียนเมื่อเห็นดิฉันจอดรถก็รีบวิ่งมาบอกว่าให้ดิฉันรีบไปโรงพยาบาลโดยด่วน เจ้าสาวจะคลอดลูกแล้ว ดิฉันสตาร์ทเครื่องยนต์รีบไปโรงพยาบาลทันที

ที่โรงพยาบาล นายทะเบียน 2 คนยืนรอดิฉันอยู่ คนหนึ่งเป็นนายทะเบียนเมืองที่คู่บ่าวสาวไปยื่นคำร้องขอจดทะเบียนสมรส อีกคนหนึ่งเป็นนายทะเบียนประจำเมืองที่โรงพยาบาลตั้งอยู่ โดยไม่รอข้าเราสามคนรีบเข้าห้องคลอดทันที เจ้าสาวนอนรอพวกเรายูบนเตียงคลอด เจ้าบ่าวขับเหวี่ยงให้เจ้าสาว นายทะเบียนไม่รอช้า เริ่มทบทวนเจ้าบ่าวว่า “คุณเจ้าบ่าวประสงค์จะจดทะเบียนสมรสกับคุณเจ้าสาว ใช่หรือไม่ ถ้าใช่ ให้ตอบรับว่า “Ja” เจ้าบ่าวตอบรับ “Ja” นายทะเบียนถามเจ้าสาว (กำลังปวดท้องอย่างหนัก) “คุณเจ้าสาวประสงค์จะจดทะเบียนสมรสกับคุณเจ้าบ่าว ใช่หรือไม่ ถ้าใช่ ให้ตอบรับว่า Ja” เจ้าสาวสุดลมหายใจ เหงื่อแตกพลั๊กๆ แล้วตอบว่า “Ja,ja,ja,ja” นายทะเบียนพูดต่อว่า “เนื่องจากทั้งสองได้ตอบรับการจดทะเบียนสมรส จึงถือว่าได้จดทะเบียนถูกต้องตามกฎหมายทุกประการ” ดิฉันทำหน้าที่ล่ามฉับพลัน เจ้าบ่าวลงชื่อในใบสำคัญการสมรส เจ้าสาวลูกไม่ได้เพราะเจ็บมาก เริ่มมีลมเบ่งด้วยสิ ดิฉันเริ่มเหวี่ยงออกเหมือนกัน ทำเสีไปลูบหลังเจ้าสาว ลูบไหล่ ลูบขา ฯลฯ ไม่รู้จะช่วยอย่างไร ก็รู้ว่าเจ้าสาวเจ็บมาก จนเจ้าสาวบอกว่า “พี่ส่งกระดาษให้หนูด้วย หนูเซ็นได้แล้ว” อีรุงตุงนังกันพักใหญ่ ในที่สุดนายทะเบียนก็ออกจากห้องคลอดไป เจ้าบ่าวนำตาไหล ส่วนดิฉันรู้สึกขาอ่อนนืดหนอยเหมือนกับคนจะเป็นลม ล้าลาเจ้าบ่าวและเจ้าสาว กำลังจะเดินออกจากห้องคลอด มีเสียงบอกว่า “คุณอยู่นี่ก่อน” คุณหมอเดินเข้ามาหาดิฉัน “คุณช่วยอธิบายให้คนไข้หน่อยนะว่า ต้องผ่าตัดเอาลูกออก” ดิฉันทำหน้าที่ล่ามไปโดยอัตโนมัติ หมออธิบายอยู่หลายเรื่อง เจ้าสาวและเจ้าบ่าวเซ็นรับทราบแล้ว ดิฉันเซ็นยืนยันคำแปล คุณหมอฉีดยาบล็อกหลังเจ้าสาว ทุกอย่างเป็นไปอย่างรวดเร็ว ไม่มีใครสนใจดิฉันอีกเลย ดิฉันจึงถามคุณหมอไปตรงๆ ว่า “ขอกลับบ้านได้ไหม กลัวเลือด” คุณหมอหัวเราะ แล้วบอกว่า “อ้าว ลืมไปเลยว่า คุณยังอยู่ขอบคุณครับ คุณกลับบ้านได้แล้วครับ หรือว่าคุณจะรอดูเด็กก็ได้นะ” ดิฉันไม่รอดูแดงโมแตกอย่างแน่นอน เป็นคนกลัวเลือดอย่างมาก ๆ เลยคะ

ในวันนั้นดิฉันขับรถกลับถึงบ้านแบบคนใจลอย ยังแปลกใจกับตัวเองว่าทำได้อย่างไร เป็นประสบการณ์ที่ไม่เคยลืม ดีใจกับคู่บ่าวสาวในวันนั้นที่ได้จดทะเบียนสมรสทันกาล ประกันสุขภาพชำระค่าผ่าตัดและค่ารักษาพยาบาลทั้งหมด ดิฉันไม่รับเงินค่าแปลในวันนั้น ถือว่าเป็นของขวัญวันเกิดของสมาชิกใหม่ของครอบครัวหนึ่ง และเป็นประสบการณ์ที่มีคุณค่าสำหรับดิฉันเอง



สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ
เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ อัครราชกุมารี
เสด็จเยือนสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนี
ระหว่างวันที่ ๙ - ๒๔ เมษายน ๒๕๕๓



สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ อัครราชกุมารีเสด็จเยือนสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนีอย่างเป็นทางการ ระหว่างวันที่ 9-24 เมษายน 2553 ที่ผ่านมาโดยเสด็จเมืองไฮเดลแบร์ก, เบอร์ลิน และมิวนิก เพื่อทอดพระเนตรวิทยาการก้าวหน้าในการวินิจฉัยและรักษาโรคมะเร็ง, การวิจัยล่าสุดเกี่ยวกับการทำวัคซีนรักษาโรคต่างๆ รวมทั้งยังพระราชทานพระวโรกาสให้คนไทยที่พำนักอยู่ใน 3 เมืองและบริเวณใกล้เคียงได้เข้าเฝ้า ร่วมทำบุญกับโครงการ “ถักสร้อยร้อยรัก” และได้มีโอกาสสอบถามและฟังพระดำรัสอย่างใกล้ชิด

การเยือนสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนีในครั้งนี้ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอเจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ได้ รับสั่งว่า เป็นการเสด็จเยือนตามคำกราบทูลเชิญของผู้บริหารสถาบันมะเร็งแห่งชาติ ณ เมืองไฮเดลแบร์ก (Deutsche Krebsforschungszentrum - DKFZ) ซึ่งเป็นศูนย์วิจัยทางชีวการแพทย์ที่ใหญ่ที่สุดในเยอรมนี เน้นการพัฒนาผลงานวิจัยใหม่ๆ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการวินิจฉัยอาการและรักษาโรคมะเร็ง มีกิจกรรมด้านการวิจัยและรักษาที่สอดคล้องกับการดำเนินงานของสถาบันวิจัยจุฬาภรณ์และโรงพยาบาลจุฬาภรณ์เป็นอย่างมาก

ศาสตราจารย์วิจัย DKFZ ตลอดทั้ง 3 วันนั้น ได้ทรงฟังบรรยายในหัวข้อ“ไวรัสและมะเร็ง – มุมมองในอนาคต” จาก ศ.ดร. Harald zur Hausen อดีตประธานและผู้อำนวยการด้านวิทยาศาสตร์ ศูนย์วิจัยมะเร็งแห่งสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนี ผู้ซึ่งได้รับพระราชทานรางวัลสมเด็จพระเจ้าฟ้ามหิดล สาขาการสาธารณสุข ประจำปี 2548 และได้รับรางวัลโนเบล สาขาการแพทย์ ในปี 2551 ด้วยผลงานการค้นพบว่าไวรัสสุต (Papilloma Virus) ชนิด HPV16 และHPV18 เป็นสาเหตุของการเกิดมะเร็งปากมดลูกในสตรี นำไปสู่การคิดค้นวัคซีนป้องกันและการรักษามะเร็งปากมดลูกที่ดีขึ้นทั่วโลก เนื้อหาการบรรยายนั้นเป็นการเปิดมุมมองให้เห็นว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งมีหลายอย่าง ต้องนำมาประกอบการวินิจฉัยให้ครบถ้วนรอบด้าน

จากนั้น สเต็ทท์ทออดพระเนตรห้องปฏิบัติการและห้องทดลองแผนกเซลล์ต้นกำเนิดและมะเร็ง (Stem Cell and Cancer) ซึ่งเน้นการวิจัยโดยเฉพาะเซลล์ต้นกำเนิดที่ก่อให้เกิดมะเร็ง เพราะหากหาวิธีกำจัดเซลล์นี้ได้ ก็จะเป็นการแก้ปัญหาแบบถอนรากถอนโคนไม่เกิดมะเร็งซ้ำอีก จุดที่น่าสนใจในการเยือนครั้งนี้อีกแห่งก็คือ การเยี่ยมชมการปฏิบัติงานของเครื่องตรวจวินิจฉัยด้วยคลื่นสนามแม่เหล็กหรือ MRI ขนาด 7 เทสลา ซึ่งเป็นเครื่องแม่เหล็กแรงสูงเครื่องแรกของโลกที่นำมาใช้เพื่อวิจัยค้นคว้าโรคมะเร็งโดยเฉพาะ ด้วยเครื่องที่มีกำลังสูงถึง 140,000 เทาของสนามแม่เหล็กของโลก ทำให้สามารถถ่ายภาพที่มีความละเอียด จากปกติ 1 มิลลิเมตรให้ละเอียดลงไปถึง 200 ไมโครเมตรได้ ซึ่งนับว่าเหนือกว่าเครื่อง MRI ขนาด 1.5-3 เทสลา ที่มีใช้กันตามโรงพยาบาลทั่วไป ภาพที่ได้มีความคมชัด สามารถสังเกตและเปรียบเทียบการพัฒนาของเนื้อมะเร็งได้อย่างชัดเจน ทั้งนี้ ในเบื้องต้นการใช้งานเน้นที่งานวิจัยด้านมะเร็งสมองในอนาคตจะครอบคลุมการตรวจมะเร็งต่อมลูกหมากและมะเร็งเต้านมด้วย นอกจากนี้ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ ยังได้เสด็จไปยังศูนย์รังสีรักษาด้วยลำอนุภาคไอออนไฮเดรลแบร์ก หรือ HIT ซึ่งเป็นศูนย์บำบัดโรคมะเร็งด้วยลำอนุภาคไอออนแห่งเดียวของโลก โดยใช้การฉายรังสีด้วยลำอนุภาคโปรตรอนและลำอนุภาคไอออนหนักหรือคาร์บอนไอออน เพื่อบำบัดมะเร็งที่มีความซับซ้อนสูง เช่น มะเร็งในกะโหลกศีรษะ มะเร็งในกระดูก และมะเร็งต่อมน้ำลาย ซึ่งเครื่องนี้จะใช้การคำนวณจากคอมพิวเตอร์ เพื่อฉายรังสีไปยังเนื้อมะเร็งที่อาจอยู่ลึกเข้าไปในร่างกายได้ถึง 30 เซนติเมตรในปริมาณที่เหมาะสมและแม่นยำ โดยไม่ทำลายเนื้อเยื่อที่อยู่ข้างเคียงด้วย

ศูนย์โรคเนื้องอกแห่งชาติ เป็นสถานที่สุดท้ายในไฮเดรลแบร์กที่เสด็จเยือน ศูนย์นี้เป็นโครงการความร่วมมือระหว่างศูนย์วิจัย DKFZ โรงพยาบาลแห่งมหาวิทยาลัยไฮเดรลแบร์ก คลินิกโรคทรวงอกไฮเดรลแบร์ก และศูนย์ช่วยเหลือด้านโรคมะเร็งแห่งสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนี มีเป้าหมายเพื่อรักษาผู้ป่วยมะเร็งด้วยเทคโนโลยีเชิงสหวิทยาการ หน่วยงานต่างๆ มีการประสานงานเพื่อเลือกสรรวิธีการรักษาผู้ป่วยแต่ละคนให้เหมาะสม รวมทั้งนำความรู้และผลการวิจัยไปใช้ในการพัฒนาวิธีการบำบัดรักษาให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น จึงนับเป็นศูนย์วิจัยของโรงพยาบาลที่ครบวงจรแห่งแรกของประเทศเยอรมนี ซึ่งสอดคล้องกับการทำงานของสถาบันวิจัยจุฬาภรณ์และโรงพยาบาลจุฬาภรณ์ที่มีการค้นคว้าวิจัยและการบำบัดรักษาผู้ป่วยมะเร็งในโรงพยาบาลเช่นเดียวกัน นักวิจัยจากคณะทำงานในหน่วยต่าง ๆ ของศูนย์ฯ ได้บรรยายถึงงานวิจัยที่สำคัญ และควรนำมาต่อยอดเพื่อค้นหาสาเหตุและกลไกการเกิดมะเร็ง ตลอดจนการรักษาต่อไป



เช่น การศึกษาความสัมพันธ์ของสารอาหารกับมะเร็ง การค้นคว้าเพื่อหา ยาที่สามารถฆ่าเซลล์มะเร็งให้ตายตามกลไกธรรมชาติของเซลล์ และการศึกษากลไกใน ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายเพื่อหาทางพัฒนาเพื่อรักษา มะเร็ง ซึ่งทรงให้ความสนพระทัยเป็นอย่างมาก การเสด็จเยือนกรุงเบอร์ลินนั้น สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์เสด็จไปยัง Max-Planck Institute of Colloids and Interfaces แห่ง Freie Universität ซึ่งก่อตั้งขึ้น เมื่อปี 1992 โดยได้รวมสถาบันวิทยาศาสตร์ชั้นนำในเยอรมนีไว้ด้วยกัน เพื่อศึกษาวิจัยการสร้างผลิตภัณฑ์ใหม่ที่เกิดจากผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ หรือใช้วิธีการเลียนแบบทางธรรมชาติ ปัจจุบันนักวิทยาศาสตร์หลายสาขาวิชา รวมถึงนักเคมีได้ให้ความสนใจเป็นอย่างมากกับงานวิจัยเกี่ยวกับสารคาร์โบไฮเดรต เพราะนอกจากสารที่มีคาร์โบไฮเดรตเป็นส่วนประกอบจะใช้เป็นยาปฏิชีวนะ และยารักษาโรคมะเร็งได้แล้ว ยังพบว่าคาร์โบไฮเดรตมีความสำคัญเป็นอย่างมาก ในการพัฒนาการเจริญเติบโตและความอยู่รอดของเซลล์ต่างๆ

จากนั้นได้เสด็จเยือนภาควิชาระบบโมเลกุลชีวภาพ ซึ่งเป็นภาควิชาหนึ่งที่มีความสำคัญกับการค้นคว้าวิธีการใหม่ๆ ในการสังเคราะห์ห่วงโซ่น้ำตาลจนกลายเป็นน้ำตาลโมเลกุลเชิงซ้อนในคาร์โบไฮเดรต เพื่อพัฒนาเป็นวัคซีนหรือผลิตยาต่อไป โดยมีเครื่องมือสังเคราะห์สารคาร์โบไฮเดรตแบบใหม่ ซึ่งสามารถสังเคราะห์น้ำตาลโมเลกุลเดี่ยวขึ้นมาจนกลายเป็นน้ำตาลโมเลกุลเชิงซ้อนและกลายเป็นคาร์โบไฮเดรตในที่สุดได้รวดเร็วกว่าเดิมถึง 500 เท่า ทำให้สังเคราะห์คาร์โบไฮเดรตเพื่อการวิจัยได้เร็วขึ้นมาก ความรู้และวิทยาการต่าง ๆ ที่ได้รับการเสด็จเยือนสถาบันต่างๆ เหล่านี้ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ฯ รับสั่งกับชาวไทยที่มาเข้าเฝ้าว่า จะทรงนำสิ่งต่าง ๆ ที่เอื้อประโยชน์ต่อคนไทย มาปรับใช้ให้เร็วที่สุด และจะมีความร่วมมือกันที่จะแลกเปลี่ยนบุคลากร นักวิจัยและแพทย์ให้มากขึ้นในอนาคต



อาหารปิ้งย่าง และ มะเร็ง!

ช่วงหน้าร้อนในยุโรป ไม่ว่าที่ไหนๆก็ตาม ร้านอาหารหรือหลายๆครอบครัว จะมีการปิ้งย่างเนื้อ ไส้กรอก กลิ่นหอมเรียกน้ำย่อย

การปิ้งย่างอาหารนั้นมีมานานแล้วเป็นล้านๆปี ตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ สันนิษฐานว่า มีมาตั้งแต่สมัยที่มนุษย์ยุคหินค้นพบวิธีการก่อไฟ

อาหารปิ้งย่างๆ นอกจากจะหอมหวาน ชวนรับประทานและอร่อยแล้ว ยังแฝงไปด้วยอันตรายต่อสุขภาพอีกด้วย หากคุณ ปิ้ง ย่าง อย่างไม่ถูกวิธีค่ะ

ขอแนะนำเคล็ดลับในการเตรียมเนื้อ เพื่อ ให้ เพื่อนๆ แม่ๆ ป้องกันสมาชิกในครอบครัวจากสารก่อมะเร็งด้วยค่ะ

- นักวิจัยด้านโภชนาการและสุขภาพ แห่งเยอรมนี แนะนำให้ใช้ เครื่องปิ้งไฟฟ้า หรือก๊าซ (Elektro-Grill หรือ Gas-Grill)

- พวกไส้กรอกซึ่งมีส่วนผสมของเกลือ Nitrit (Nitritsalz) ห้ามนำไปย่าง ค่ะ เพราะเกลือ จะเปลี่ยนเป็นสาร Nitrosamine ก่อให้เกิดมะเร็งได้ ไส้กรอกประเภทนี้ โดยมากจะเป็นไส้กรอกสีแดงๆ

เคยสังเกตไหมคะว่า ไส้กรอกเยอรมันจะมีหลายแบบ แบบลวกน้ำร้อน ทานได้เลย แบบปิ้ง แบบทอด ต้องดูให้ดี ๆ เพื่อที่จะได้นำไปประกอบอาหารให้ถูกแบบค่ะ เพื่อน ๆ ที่เมืองไทยต้องระวังกันหน่อยนะคะ หากคุณยังใช้เตาถ่านในการปิ้งย่าง

- ควรเลี่ยงไม่ให้ไขมันในเนื้อ หรือไส้กรอก หยดใส่ถ่านไฟ เพราะจะเกิดควันซึ่งเป็นสารประเภท (Polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe-PAK) ซึ่งเมื่อควันรมเนื้อ สารนี้จะไปรมสะสมในเนื้อ ก่อให้เกิดมะเร็งได้

นอกจากนี้ ไขมันที่หยดลงบนเนื้อ และในเนื้อส่วนที่ไหม้ นั้นจะมีการสะสมของสารเบนโซไพรีน (Benzopyrene) ซึ่งก่อให้เกิดมะเร็งค่ะ ดังนั้น ส่วนไหนที่ไหม้ ตัดทิ้งนะคะ เลี่ยงอาหารปิ้ง ๆ ทอด ๆ เกรียมๆค่ะ





วาลด์อร์ฟคินเดอร์การ์เทน (Waldorfkindergrarten)

เป็นโรงเรียนอนุบาลที่ยึดหลักการเรียนการสอนตามแนวคิด Anthroposophie (ภาษากรีก anthropos มนุษย์ und sophia, ความรู้) ของ ~~วาลด์อร์ฟ~~ หลักการสำคัญของแนวคิดนี้คือการเลียนแบบ จากธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมของมนุษย์ ในการเรียนการสอนจะ กำหนดขั้นตอนในชีวิตประจำวันที่ชัดเจน และจัดให้เข้ากับฤดูกาล หลักการที่สำคัญของการเรียนรู้ คือ การเลียนแบบ โดยมีพฤติกรรม การกระทำ ความคิด ของครูเป็นต้นแบบ ที่เด็กจะซึมซับและพยายาม ที่จะเลียนแบบ ดังนั้นครูผู้สอนจึงมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้ของ เด็กมาก กลุ่มความคิดนี้เชื่อว่า หากครูมีความเมตตา ให้ความรัก และความอบอุ่นต่อนักเรียน จะเกิดพลังงานที่ดีส่งไปในบรรยากาศ รอบ ๆ ซึ่งก่อให้เกิดผลดีต่อสภาพร่างกายและจิตใจของเด็ก อันเป็น ส่วนประกอบสำคัญในการเรียนรู้ การพัฒนาของเด็ก

นอกจากนี้ยังมีโรงเรียนอนุบาลนานาชาติ และโรงเรียนอนุบาล ของรัฐฯ โดยปกติแล้วจะเลือกรับเด็กเข้าเรียนตามเขตที่เด็กมีภูมิลำเนา อยู่ ในโรงเรียนเหล่านี้จะแบ่งเด็กเป็นกลุ่ม ๆ ละประมาณ 20-25 คน ต่อครู 1 หรือ 2 คน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเงินช่วยเหลือจากรัฐนั้น ๆ อัตราค่า เล่าเรียนของแต่ละรัฐจะแตกต่างกัน การเรียกเก็บค่าเล่าเรียนจะเรียก เก็บตามอัตรารายได้ของพ่อแม่หรือผู้ปกครอง กล่าวคือ คนมีรายได้ น้อยก็จ่ายค่าเล่าเรียนน้อย สำหรับครอบครัวที่มีบุตรหลายคนจะได ้รับการลดหย่อนค่าเล่าเรียนตามลำดับ ในรัฐเบอร์ลิน ไรน์ลันด์ฟาโลต์ ชาร์ลันด์ เฮสเซนและนีเดอร์ซัคเซิน จะไม่เก็บค่าเล่าเรียนในปีสุดท้าย หวังว่าข้อมูลที่รวบรวมมาได้นี้คงทำให้ผู้อ่านเกิดแรงบันดาลใจส่งลูก หลานเข้าโรงเรียนอนุบาล และสำหรับคนที่ยังเป็นโสดก็เป็นข้อมูลเพื่อ การเตรียมตัวในอนาคตนะคะ

ขอขอบคุณเทคโนโลยี อินเทอร์เน็ต wikipedia ที่เป็นแหล่งข้อมูล นื่องปราง นื่องเจที่ใหข่วญ กาลังใจ และช่วยเหลือตอนกำลัง ธิือกสุดท้าย

ที่อยู่ส่วนราชการไทยในประเทศเยอรมนี

BERLIN (กรุงเบอร์ลิน)

Königlich-Thaiandische Botschaft (สถานเอกอัครราชทูตไทย)
Lepsiusstr. 64-66, 12163 Berlin, Tel. (030) 79 48 10
Fax. (030) 79 48 1 511, Website: www.thaiembassy.de

FRANKFURT (แฟรงก์เฟิร์ต)

Königlich-Thaiandisches Generalkonsulat (สถานกงสุลใหญ่)
Kennedyallee 109, 60596 Frankfurt/M, Tel. (069) 698680
Fax. (069) 69868228 , Website: www.thaigeneralkonsulat.de

HAMBURG (ฮัมบวร์ก)

Thaiandisches Honorarkonsulat(สถานกงสุลกิตติมศักดิ์),
An der Alster 85, 20099 Hamburg,
Tel. (040) 24839118, 24839119 ,Fax. (040) 24839206

DÜSSELDORF(ดีลเซลดอร์ฟ)

Thaiandisches Honorarkonsulat (สถานกงสุลกิตติมศักดิ์),
Christoph Str. 18-20, 55130 Essen,
Tel. (0201) 7994401, Fax. (0201) 799444

MÜNCHEN(มิวนิค)

Thaiandisches Honorarkonsulat (สถานกงสุลกิตติมศักดิ์),
Prinzenstr. 13, 80639 Munchen, Tel. (089) 1689788,
Fax. (089) 13071381

STUTT GART(ชตุทท์การ์ท)

Thaiandisches Honorarkonsulat (สถานกงสุลกิตติมศักดิ์),
Pforzheimerstr. 381, 70499 Stuttgart, Tel. (0711) 2264844,
Fax. (0711) 2264856

Thaiandisches Fremdenverkehrsamt (TAT) ท.ท.ท.

Bethmann Str. 58, 60311 Frankfurt,
Tel. (069)1381 39 0, Fax. (69) 1381 39 50,
e-mail: info@thailandtourismus.de
Website: www.thailandtourismus.de

Thai Trade promotion Office (สำนักงานส่งเสริมการค้าใน ต่างประเทศ)

Bethmannstr. 58, 60311 Frankfurt, Tel. (069) 25494640,
Fax. (069) 254946420, e-mail: thaitrade@depfrankfurt.de

Thai Board of Investment(BOI)

Bethmannstr. 58, 5.OG, 60311 Frankfurt,
Tel. (069) 9291230, Fax. (069) 92912320,
e-mail: fra@boi.go.th/boifrankfurt@arcor.de



ดอกป๊อปปี้ - Klatschmohn

ดอกไม้ที่ปลูกในสวนสาธารณะและทางเดินเท้า

ผู้พลัดถิ่นและชีวิตเพื่อปกป้องมาตุภูมิอันเป็นที่รัก

ดอกทานตะวัน - die Sonnenblume

เป็นคำนามผสมระหว่าง die Sonne (พระอาทิตย์) และ die Blume (ดอกไม้)

ดอกชบา - Hibikus

บางครั้งก็เรียกว่า "rosemallow" หรือ "Jamaica" ดอกชบาเป็นดอกไม้ประจำวันของคนที่เกิดวันอาทิตย์

ดอกทิวลิป - die Tulpen

เป็นดอกไม้เมืองหนาวที่มีถิ่นกำเนิดในทวีปยุโรป เป็นดอกไม้ที่เปรียบเหมือนสัญลักษณ์ของประเทศฮอลแลนด์ มีอยู่หลายสี ดอกทิวลิปสามารถปลูกได้ และงอกงามในพื้นที่ที่มีอุณหภูมิเหมาะสม คือไม่เกิน 25 องศาเซลเซียส

ดอกพุดผกา ชื่อวิทยาศาสตร์: Jasminum auriculatum Vahl

อยู่ในสกุลมะลิ (Jasminum) ในจังหวัดเลยเรียก "ไก่อ้อย"

ดอกมะลิ เรียกกันทั่วไปว่า Jasmin

ผู้อ่านคงจะเคยได้ยินคำว่า Jasminreis ใช่ไหมคะ แปลตรงตัวได้ว่า "ข้าวหอมมะลิ" หรือบางทีก็เรียกกันสั้นๆว่า "ข้าวหอม" - Duftreis

ดอกดาวเรือง - Studentenblume หรือ Tagetes

ดอกดาวเรืองเป็นดอกไม้ประจำจังหวัดสมุทรปราการ คำว่า Studentenblume มาจากคำนามสองคำคือ der Student แปลว่า นักศึกษา และ die Blume แปลว่า ดอกไม้ เหตุใดภาษาเยอรมันจึงเรียกดอกดาวเรืองว่า Studentenblume (ดอกไม้นักศึกษา) น่าคิดว่ากันต่อไปนะคะ

ดอกอัญชัน- Clitoria ternatea, Blaue Klitorie, Schmetterlings-Erbse หรือ Schamblume

กลีบดอกอัญชัน สกัดสีมาทำสีผสมอาหาร ช่วยปลูกผมทำให้ผมดกดำ และในสมัยก่อนหญิงสาวมักนำกลีบดอกอัญชันมาเขียนคิ้วให้ดำลึบ

ดอกกล้วยไม้ หรือ เอื้อง - die Orchideen

เป็นพืชดอกที่มีความหลากหลายมากที่สุดกลุ่มหนึ่ง มีประมาณ 880 สกุล และ 22,000 ชนิด ใครอยากเห็นดอกกล้วยไม้หลากพันธุ์ หากผู้อ่านกลับไปเยือนบ้านเกิดในหน้าร้อนนี้ ควรหาเวลาสัก 4-5 วันขึ้นเหนือ ไปชมดอกกล้วยไม้ที่ดอยตุงนะคะ

ดอกยี่โถ - Oleander

ตัวดอกไม้เป็นยาแก้ไอ แก้ปวดศีรษะ แต่ทว่าใบของดอกยี่โถมียางที่เป็นพิษนะค่ะ ใครมีลูกเล็ก ต้องระมัดระวังนะค่ะ เพราะเด็กเล็กมักชอบเรียนรู้ โดยการสัมผัสและลิ้มรส

เบญจมาศ- Chrysanthemen

อีกชื่อหนึ่งที่เป็นที่รู้จักคือ "เก๊กฮวย" ทำเป็นชา ต้มแก้วนวดได้ค่ะ

ดอกบัว - Seerose หรือ Lotus

ช่วงนี้หากผู้อ่านในต่างประเทศได้เดินทางกลับไปเยี่ยมบ้านเกิด หลายคนคงตั้งใจจะพาครอบครัวไปทำบุญที่วัดในท้องถิ่นของตน อย่าลืมนำดอกบัว รูป (ดอกไม้ที่ปลูกในสวนสาธารณะ) ไปสักการะ พระพุทธรูปในวัดด้วยนะค่ะ เนื่องจากความเชื่อในทางพุทธศาสนา สอนไว้ว่า ดอกบัวเหมือนกับคนเรานี่เอง ดอกบัวที่ชูดอกพ้นจากผิวน้ำขึ้นมา รับแสงสว่างได้นั้น ก็เหมือนกับ ผู้ที่หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง กลายเป็นผู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม ซึ่งถือเป็นความหมายอันลึกซึ้ง และเป็นมงคลยิ่งนัก ครอบครัวใดที่ ปลูกบัวเอาไว้ประจำบ้าน ก็จะช่วยให้คุณครอบครัวนั้นมีจิตใจที่บริสุทธิ์สะอาดและเบิกบานแจ่มใส

สำนวนและสุภาษิต

Etwas durch die Blume sagen. ██████████

ประโยคนี้ไม่ได้หมายความว่า ดอกไม้พูดได้จริงๆหรอกค่ะ แต่ทว่าดอกไม้บางชนิดมีสัญลักษณ์ประจำ เช่น

~~Wesen~~ stehen für die Liebe ดอกกุหลาบสีแดงเป็นสัญลักษณ์แห่งความรัก

ลองอ่านตรงนี้ดูสิคะ

Traut sich ein Verehrer nun nicht, seiner Angebeteten zu sagen, dass er in sie verliebt ist, dann könnte er ihr Rosen schenken. So weiß sie gleich, was er ihr mitteilen will, und er muss es nicht direkt aussprechen. Der Verehrer hat seine Liebe also durch die Blume gestanden: Er hat etwas angedeutet und symbolisch gezeigt.

“Durch die Blume” kann man alles Mögliche sagen; auch unerfreuliche Dinge lassen sich durch die Blume besser verhüllt gestehen.

██████████ ขอขอบคุณสำหรับดอกไม้ ในภาษาเยอรมัน
เป็นการพูดขอบคุณอย่างประชดเล่น

หากใครเคยดูการ์ตูนเรื่องทอมแอนด์เจอร์รี่ อาจจะจำภาพแมวทอมได้ มือหนึ่งถือช่อดอกไม้อร่อยๆเจอร์รี่หน้าหนู อีกมือถือไม้ค้อนเตรียมตบตีหนูเจอร์รี่ เนื้อเพลงตามนี้คะ

Vielen Dank für die Blumen
vielen Dank, wie lieb von dir.
Manchmal spielt das Leben
mit dir gern Katze und Maus,
immer wird's das geben:
Einer, der trickst dich aus.

Man kann keinen Blumentopf gewinnen. หมายถึง หากทำด้วยวิธีนี้ ไม่สามารถประสบความสำเร็จได้

ที่มาของสุภาษิตนี้

จริงๆแล้ว สุภาษิตนี้ไม่เกี่ยวกับคำว่า Blume, Töpfe oder Blumentöpfe เลยสักนิด แต่สุภาษิตนี้มาจากคำเยอรมันโบราณคือ

bluoten (bluten แปลว่า เลือดออก) และ offer (Opfer แปลว่า เหยื่อ/ การเสียสละ/ เครื่องสังเวย) ซึ่งจริงๆแล้วน่าจะหมายถึง „ein Blutopfer“ มากกว่า พูดไป พูดมา กลายเป็น “Blumentopf “ ได้อย่างไรก็ไม่ทราบค่ะ

ภาพวาด โดย ดนย บุญทัศนกุล

ภูมิปัญญาชาวบ้าน Volkswisheit



ผิดพลาดเป็นครู

Deine Fehler sind deine besten Lehrer.

ปัญญาประหนึ่งอาวุธ

Deine Weisheit ist wie deine Waffe.

สมบัติเป็นของผู้อื่น สุขภาพเป็นของเรา

Das Vermögen gehört den anderen, aber deine Gesundheit gehört dir.

ตบมือข้างเดียวไม่ดัง

Mit einer Hand kann man nicht klatschen.

คับที่อยู่ได้ คับใจอยู่ยาก

Ein Enger Raum kann man aushalten, aber nicht wenn das Herz beengt ist.



ถ้าพูดถึงแฟชั่นนี้ มาเร็ว.....

ไปเร็วจนคนธรรมดาอย่างเรา ๆ วิ่งตามไม่ทัน

เทรนด์เก่าซื้อมายังใส่ไม่หมด ไม่คุ้ม เทรนด์ใหม่ก็เข้ามาอีกแล้ว แต่จะทำยังไง ในเมื่อความงาม แฟชั่น ผู้หญิง เป็นของคู่กันมาแต่ไหนแต่ไร ลองหาสไตล์ที่เราชอบ แฟชั่นที่เป็นเทรนด์หลัก ที่ดูดีตลอดกาลไม่มีตก ไม่มีเอาท์ ส่วนตัวเองแล้วชอบใส่เสื้อผ้าสีขา-ดำ จนเพื่อน ๆ แซว แต่ก็ดีไปอย่าง เพราะไม่ต้องตามแฟชั่นมาก ใส่ง่าย และหาเสื้อผ้ามาจับคู่ (mix and match) ได้ง่าย และถ้าอยากเพิ่มสีสันก็หาเครื่องประดับตกแต่งสีต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ให้เข้ากัน เพียงแค่นี้คุณก็จะสนุกกับการแต่งตัว ในแบบที่เป็นเรา ไม่มีซ้ำใครแล้วละ พูดถึงเทรนด์ที่มาแรงตอนนี้ ใครที่มีกระเป๋าใบใหญ่ใบโต เตรียมชุดออกมาจากตู้ได้แล้วละ จะเป็นกระโปรงอะไรก็ได้ เอวสูง สั้น ยาว จะลายดอก หรือ สีพื้น ได้หมด ถ้าสั้นมากกลัวจะไปก็ลองหาเลกกิ้งสีพื้นสวมไว้ด้านใน แต่นี้ก็กลายเป็นสาวหวานซ่อนเปรี้ยว หรือใครที่ชอบแนวหวานก็ใส่สีโทนอ่อน ๆ หาเสื้อสีพื้นยัดชายเสื้อไว้ในกระโปรงคาดด้วยเข็มขัดเส้นเก๋ซักเส้น อาจหาเสื้อคลุมมาสวมทับ (เพื่อหนาว) ก็น่ารักดีละ



S U M M E R

2 0 1 0

2010

หากใครชอบแนวทะมัดทะแมง หยิบกางเกงขาสั้นมาเลยละ แฟชั่นนี้ไม่มีเอาท์ละ ส่วนตัวเองเป็นคนชอบ ผ้าที่ใส่สบาย ลายไม่มาก ตอนนี้เทรนด์ เป้าหลวม ๆ กว้าง ๆ ก็มาแรงหรือ กางเกงเอวสูงก็ยังไม่ไปไหน เลือกสีพื้น ๆ จะหาเสื้อผ้าได้ง่ายกว่า ลองหารองเท้ามีส้น และกระเป๋าหนังสายสะพายยาว เก๋ ๆ ตาม Flohmarkt มาสะพายข้าง หรือมองหาเครื่องประดับสักชิ้น จะเป็นต่างหู สร้อยคอ กำไล หรือข้อมือ เก๋ ๆ มาใส่ให้เข้ากัน แค่นี้ก็สวยน่ารักแบบสบายกระเป๋าแน่นอนละ



มีใครคิดว่าเสื้อผ้าลูกไม้ ใส่ออกมาจะดูแก่ไหมคะ? ขอบอกว่าตอนนี้ฮิตติดลมบนไปแล้วละคะ เพียงแค่คุณนำเอาลูกไม้มาเสริม แต่งให้ดูหวาน น่ารัก ใช้ได้กับทุกวัย ไม่เว้นวัยรุ่น จะใส่กับกางเกงขาสั้นพอดีตัว หรือกระโปรงยีนส์สั้นก็จะดูดีเปรี้ยวซ่าส์ได้ลึบเท่ง (แต่อย่าสั้นจู้จี้จิดตัวเกินไปนะคะ หรือไม่งั้นก็ใส่เลกกิ้งกันเป้ก็ได้ละ) ที่สำคัญไม่แนะนำให้ใส่เสื้อผ้าลูกไม้กับกระโปรงยาวเลยนะคะ เพราะคุณจะต้องย่นยุตไปเลยทีเดียว ส่วนสิดควรเป็นโทนสีหวาน ๆ ไม่เข้มออกแนวตุ่น ๆ และอย่าลืมหารองเท้าหุ้มส้นน่ารักสบาย ๆ มาใส่คู่กันนะคะ...รับรองว่างามมิใช่น้อย

นอกจากกางเกงฮาเร็มและเดฟแล้ว ตอนนี้ที่เห็นมาแรงก็คงจะเป็นกางเกงทรงผู้ชาย นิยมแบบขาใหญ่ จีบหลวม ๆ สะโพกพอง ๆ ช่วงบนหรือทั้งตัว(เลือกดูได้จากตัวน้องชายที่ไม่ใส่แล้ว)เอามาลดขนาดเอว ตัดขาให้สั้นลง ใส่สบายในวันหยุด แต่ถ้าอยากใส่ไปทำงาน ให้หาเสื้อเบลเซอร์ซำรูป รองเท้ามีส้น และเข็มขัดสักเส้นก็ดูดีแล้วละ



เสื้อผ้าที่มาจากแฟชั่นโชว์ ไม่ว่าจะเป็นสูท เดรส กางเกง กระโปรง รองเท้า สีก็จะเป็นยีนส์ซิด ยีนส์ฟอก เช่น ผ้าอ่อน ใครที่มีหีบออกมารอได้เลย สำหรับซัมเมอร์นี้

ลองหาวิธีดัด ตัดแปลง มิกซ์แอนด์แมตซ์ จากเสื้อผ้าที่เรามียู่ ที่สำคัญต้องไม่ลืมแต่งให้เหมาะกับตัวเราเองมากที่สุด เมื่อใส่ออกมาแล้วเรารู้สึกมั่นใจ เป็นตัวของตัวเองมากที่สุด เท่านั้นก็ทำให้เราสวย ไม่ตกยุคแล้วละ

คนดี

จะยอมเป็นเงาแห่งความชั่ว
อีกนานแค่ไหน

คนเลว

จะใช้โอกาสอีกกี่ครั้ง
เพื่อกลับตัว

คนชั่ว

จะมีโอกาสอีกกี่ครั้ง
เพื่อกลับใจ

คนบาป

จะตกเป็นทาสของกิเลส
อีกกี่หน



นาคปรก

หนังเรื่องนี้เหมาะกับชาวพุทธที่ยังคงมีความศรัทธาในพระพุทธศาสนาและต้องการทำบุญสร้างศาสนาให้สืบเนื่องต่อไป แต่ไม่เหมาะกับคนที่มีมือถือสากปากถือศีล เรื่องย่อมีอยู่ว่า โจรสวมคนปล้นรถขนเงิน ในระหว่างที่หนีการตามล่าของตำรวจ เกิดทำกระเป๋าใส่เงินตกลงไปในหลุม แต่ด้วยความที่ต้องหนีเอาตัวรอดก่อน จึงจำใจต้องทิ้งกระเป๋าเงินเอาไว้ แล้วย้อนกลับมาเอาในภายหลัง แต่ปรากฏว่าเมื่อกลับมา บริเวณที่เป็นหลุมนั้นกลายเป็นที่ตั้งของโบสถ์ไปแล้ว โจรทั้งสามคนจึงต้องหาวิธีการที่จะเอาเงินออกมาจากใต้ฐานโบสถ์ให้ได้ วิธีที่ดีที่สุดคือการปลอมตัวเป็นพระ เมื่อโจรอยู่ในคราบพระ ลองมาดูกันสิว่า ด้วยพุทธานุภาพจะสามารถเปลี่ยนใจโจรได้หรือไม่

ผู้กำกับ ภาวัต พนังคศิริ ให้สัมภาษณ์ถึงชื่อหนังว่า

“นาคปรกซึ่งเป็นพระประจำวันเสาร์ อากาของนาคคือปรกตีความหมายว่า ปกป้องคุ้มครอง ซึ่งพระพุทธเจ้ามีนาคมาช่วยปกป้องเหมือนกับแม้จะมีประโยชน์น้อยนิดในการที่ทุกคนจะหันมาช่วยปกป้องศาสนาอย่างที่นาคทำก็คงจะดีไม่น้อย สำหรับความคิดส่วนหนึ่งและนาคเป็นงูในศาสนาจะเปรียบเทียบกับเงินเหมือนเป็นงูพิษ คือจริงๆ เงินเป็นเหมือนประโยชน์และโทษ ถ้าไม่รู้จักพอ ถ้าเป็นคำพระก็คือต้องกิเลสตัณหา หากยังมีกิเลสกับเงิน คือความอยากได้อยากมี มันก็จะมีโทษเหมือนกับงู ในศาสนาจะเปรียบนาคเป็นสัตว์เดรัจฉานที่บวชไม่ได้ มันก็เหมือนตัวละครในหนังที่จริงๆ มันบวชไม่ได้ เพราะมันชั่ว ผมคิดว่าคนชั่วประเภทนี้ไม่ควรที่จะบวช ไม่ควรที่จะเข้าไปอยู่ในศาสนา”

นาคปรกเป็นหนังที่แหวกแนวจากหนังที่มีเนื้อหา

เกี่ยวกับพระ และพุทธศาสนาอื่นๆ เพราะเป็นหนังดราม่า แอคชั่น ซึ่งขอยกความดีให้กับผู้กำกับและคนเขียนบทที่กล้าทำหนังที่ฉีกแนวออกมาจากรูปแบบเดิมๆ เนื้อหาเกี่ยวกับศาสนาเป็นประเด็นที่อ่อนไหวเป็นอย่างยิ่ง อะไรที่ทำให้ภาพพจน์ของพระ หรือศาสนาเสื่อมก็จะต้องถูกแบน เช่น ภาพยนตร์เรื่อง “แสงศตวรรษ” ไม่สามารถเข้าฉายในประเทศไทยได้ ส่วนหนึ่งเป็นเพราะไม่ยอมตัดฉากที่พระสงฆ์เล่นกีตาร์ออกไป การกำหนดเรทของหนังตามพระราชบัญญัติภาพยนตร์และวีดิทัศน์ พ.ศ. 2551 ซึ่งกำหนดหมวดหมู่ของภาพยนตร์ให้เหมาะสมกับอายุของผู้ชม “นาครปรก” ได้เรท 20+ แปลว่าหากไม่มีฉากต้องห้าม หนังจะไม่ถูกเซ็นเซอร์อีกแล้ว และเป็นหนังที่เหมาะกับผู้ชมที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป บางคนเลือกตั้งได้ แต่ดูหนังเรื่องนี้ไม่ได้นะคะ (ฮาๆ) นับว่าเป็นบุญอย่างยิ่งที่หนังเรื่องนี้ผ่านตรงนี้มาได้

หนังเรื่องนี้ปูเนื้อเรื่องได้ดีทีเดียวค่ะ ทุกสิ่งดำเนินไปอย่างที่คนดูก็น่าจะคาดเดาได้ว่า อะไรจะเกิดขึ้น ตัวหนังพยายามจะสื่อและแทรกคำสอนต่างๆ ของพระพุทธเจ้าอยู่เสมอๆ ซึ่งทำได้ดีมากค่ะ ดูแล้วไม่รู้สึกรำคาญ เราถูกยัดเยียดให้มาดูสารคดีพระพุทธศาสนา คำสอนต่างๆ นั้นถูกร้อยเรียงผ่านคำพูดของนักแสดง ให้เราพอได้จุกคิดนึกตามพอได้เอะใจบ้าง ค่อยๆ สอดแทรกเข้ามาเรื่อยๆ ออกมาจากโรงหนังน่าจะได้อรรถรสดีกว่าดูหนังอย่างเดียว เมื่อหนังดำเนินมาถึงจุดไคลแมกซ์ หนังก็เฉลยทุกอย่างออกมา เชื่อได้ว่าตอนจบต้องมึนงและปลงกันบ้างละ ไม่เฉลยตอนจบนะคะ ตอนจบของหนัง ก็ดำเนินไปตามขนบแหละค่ะ ว่าตัวละครทุกคนก็มึนงจนที่แตกต่างกันไป ชี้ให้เราได้ตระหนักถึงคำสอนที่ว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว กัมมุนา วัตตะตีโลกิ สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม (สาธุ)

นอกจากนี้บทหนังที่เข้มข้นเมื่อถูกถ่ายทอดผ่านตัวละครหลักๆ 5 คน นั่นคือ โจรทั้ง 3 ได้แก่ เร แมคโดนัลด์, เต๋า สมชาย เข็มกลัด และ เต๋ ปิติศักดิ์ เยาวนานนท์ หลวงตาชื่น แสดงโดย สะอาด เปี่ยมพงษ์สานต์ หรือโสภณผด้อย่างทราญ เจริญปุระ ก็ทำให้หนังดูสนุกและไหลลื่นมากยิ่งขึ้น นักแสดงทุกท่านเล่นกันเต็มที่และสมบทบาทมาก หนังแสดงให้เห็นลักษณะหนึ่งของตัวละครที่เป็นคนชั่วให้คนดูได้เห็นอย่างชัดเจน แบ่งแยกออกจากกันตั้งแต่ต้นว่าใครดี ใครชั่ว

สิ่งที่ชอบที่สุดของหนังเรื่องนี้ คือ ข้อคิดและคำสอนในพระพุทธศาสนา ขอนำบางตอนมาให้อ่านกันนะคะ



*“น สียา โลกาทุณโน ไม่ควรเป็นคนรักโลก
ศาสนาไม่มีวันเสื่อม แก่นแท้ของศาสนาก็ยังคงคุณค่าอยู่
เสมอ คนเราต่างหากที่เสื่อม”*

เงินทองเป็นแค่สิ่งสมมติ จะเอาปัญญาและความดีไปแลกกับสิ่งสมมติที่จอมปลอม มันคุ้มค่าแล้วหรือ พระพุทธศาสนาถือว่า เงินเป็นตั้งอสรพิษ ทรัพย์สินเงินทอง มิใช่สาระสำคัญของความสุข ขอเพียงรู้จักคำว่าพอ ชีวิตเราก็จะไม่ร้อนรนไปด้วยกิเลสตัณหา ความอยากมันไม่มีที่สิ้นสุด มีแต่หยุดเท่านั้นจึงจะเป็นได้ ความสุขไม่ได้อยู่ไกลจากตัวเราเลย แท้จริงแล้วอยู่ที่ใจ จิตสำนึกของคนเรา พระพุทธองค์ทรงแบ่งแยกไว้เปรียบเทียบแบบบัวสี่เหล่า อุดมภักตัญญู ดอกบัวที่อยู่พื้นน้ำ วิภจิตัญญู ดอกบัวที่อยู่ปริ่มน้ำ เนยย ดอกบัวที่อยู่ใต้น้ำ ปทปรม ดอกบัวที่อยู่กับโคลนตม เพื่อจะเลือกชดถลกาสอนคนให้เป็นคนดี แต่คนบางคนสอนได้ บางคนสอนยาก

แต่ยังมีบัวอีกประเภทหนึ่ง ซึ่งอาจจะยังไม่เคยรู้จักกัน พี่สาวใจดีน่ารักท่านหนึ่งเคยพูดให้ฟังคือ “บัวเต่าลุย” บัวที่อยู่ต่ำสุดนั่นคือ บัวที่อยู่ในโคลนตม เป็นอาหารของพวกเต่าพวกปลา แต่ลองนึกดูซิคะ ว่าบัวที่แม้กระทั่งเต่ายังดูคายทิ้ง ไม่ยอมกิน ให้ความรู้สึกที่ต่ำตมมากเพียงใด แล้วคนประเภท “บัวเต่าลุย” นี้มันจะต้องเป็นคนเยี่ยงไร อย่างที่หลวงตาชื่นถาม *“แล้วโยมล่ะ อยากเป็นบัวประเภทไหน”*

ปรากฏการณ์ "นฤมล"

ทำไมชาวเยอรมัน ส่วนมากที่ได้ชมรายการนี้ถึงชื่นชอบ นฤมล ผู้หญิงไทย "ธรรมดา" คนหนึ่ง และทำไมเราคนไทย เกิดความภาคภูมิใจใน "ศักดิ์ศรี" ของการเป็นคนไทย

ขอหยิบเรื่องของนฤมล ในรายการ Bauer Sucht Frau ที่เป็นทอล์ก ออฟ เดอะ ทาวน์ มาเป็นข้อคิดว่า ทำไมชาวเยอรมัน ส่วนมากที่ได้ชมรายการนี้ถึงชื่นชอบ นฤมล ผู้หญิงไทย "ธรรมดา" คนหนึ่ง และทำให้เราคนไทยเกิดความภาคภูมิใจใน "ศักดิ์ศรี" ของความเป็นคนไทย

เราจะปฏิเสธไม่ได้ว่าภาพลักษณ์โดยทั่วไปของคนไทยหรือ ประเทศไทย ในสื่อของเยอรมัน เป็นภาพลบ เป็นการเสอ ภาพในด้านเดียวของอุตสาหกรรมกามารมณีในประเทศไทย และของอาชีพ คนไทยในเยอรมนี

อันที่จริงคุณนฤมลก็ไม่ได้แตกต่างจากคนไทยส่วนใหญ่ที่อยู่ในเยอรมัน แต่สิ่งที่ทำให้ชนะใจคนเยอรมัน นอกจากจะอยู่ที่นิสัยส่วนตัว (ตรง ซื่อ น่ารัก) แล้ว องค์ประกอบที่สำคัญมากที่สุดที่คุณ

นฤมลไม่ทำให้คนไทยขายหน้าเลย คือ "ภาษา" ไม่ว่าจะล้อเลียน เรื่องความสามารถทางภาษาของเธออย่างไรก็ตาม ผมขอคารวะในความสามารถสื่อสารภาษาเยอรมันของคุณนฤมล (ถ้าภาษาไม่ได้รายการคงไม่คัดเลือกคนไทยท่านนี้ ซึ่งปกติผู้ที่ได้รับการคัดเลือกจะเป็นชาวเยอรมัน) ผมชื่นชมในความสามารถในการสื่อสารของคุณนฤมล เธอสามารถเข้าใจ โยเซฟ ได้ (โยเซฟพูดภาษาเยอรมันสำเนียงไบริชสุด ๆ คนเยอรมันยังฟังไม่ออกเลย ต้องมี subtitle ให้คนดูประกอบ)

"ภาษา" ป็นกุญแจนำไปสู่ความสำเร็จ

แม้ว่าจะมีการไม่เข้าใจกันบ้างในบางเรื่องในชีวิตประจำวัน เพราะคุณนฤมลไม่สามารถอธิบายให้โยเซฟ เข้าใจได้ และการที่โยเซฟก็ไม่ใช้คนที่เข้าใจความแตกต่างด้านวัฒนธรรม และการดำรง

"Ich bin ich und du bist du"



ดิฉันมีอาชีพเป็น "ผู้จัดการครอบครัว" ภาษา „Geschäftsführerin für ein Familienunternehmen" กัน หน้าที่ของดิฉันมีดังนี้ค่ะ

- ๑.จัดการและดูแลความเป็นอยู่แก่สมาชิกครอบครัว
- ๒.จัดสรรรักษาความสะอาด ไปจนถึงการแยกชิ้นส่วน
- ๓.จัดสัมมนาและวารสารภายในครอบครัว
- ๔.ติดต่อกับองค์กรต่างๆ เช่น โรงเรียน โรงพยาบาล ดิสโก้เทค และสถานีตำรวจ (หากจำเป็น)
- ๕.เข้าร่วมงานสัมมนาการตลาดของผู้จัดการครอบครัว
- ๖.เครื่องสำอาง เป็นต้น
- ๗.อื่น ๆ ซึ่งตอนนี้ยังไม่ออกค่ะ

สมาชิกในครอบครัวของดิฉันมีทั้งหมด ๕ คน ครอบครัว ดิฉันมีหน้าที่เป็นผู้จัดการและบริหารงานทุก ด.ญ. แอนดี้ และด.ญ.เอพี เช่น รับ-ส่งลูก ๆ ไปวัยนี้ ปาร์ตี้วันเกิด ซึ่งดิฉันต้องเตรียมของขวัญไว้ให้ล่วงหน้า อีกด้วย



ชีวิตของคนไทย เช่น เรื่องคุณณณกุลไม่ชอบตีมันม เป็นต้น การที่คุณณณกุลสามารถสื่อสารกับโยเซฟได้ดี ทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน จนทำให้กลายเป็นความรัก นอกจากนั้นภาษายังทำให้การปรับตัวเข้ากับสังคมใหม่ของคุณณณกุลง่ายขึ้น เธอสามารถสื่อสารกับเพื่อนบ้านในหมู่บ้านได้ เพื่อนบ้านยอมรับเป็นสมาชิกใหม่ จุดนี้ผมคิดว่ามีความสำคัญมาก เพราะการปรับตัวให้เข้ากับสังคมเยอรมันเป็นเรื่องยากสำหรับคนไทย

ผมในฐานะคนไทยที่โชคดี มีโอกาสเรียนภาษาเยอรมันมองเห็นความสำคัญของการเรียนภาษาเยอรมันของคนไทยที่ต้องการใช้ชีวิตในเยอรมนี จึงอยากขอให้คนไทยสนใจเรียนภาษาตามที่รัฐบาลเยอรมันส่งเสริมและจัดบริการให้ ส่วนในระดับองค์กรรัฐของไทย ผมฝันว่า ในอนาคตการจับจุดกลยุทธ์เดินหน้าแก่ภาพลักษณ์ประเทศ

ชาติจะชัดเจนขึ้น และตรงประเด็นมากกว่าที่ผ่านๆ มา ผมอยากให้มีการเปิดสอนอบรมทั้งทางด้านภาษาเยอรมัน และวัฒนธรรมเยอรมันให้แก่คนไทย โดยคนไทยด้วยกันในระดับเริ่มต้น เป็นชมรม หรือโรงเรียน ให้เป็นเรื่องเป็นราว (เพราะคนไทยจำนวนมากไม่มีความสามารถเรียนกับครูเยอรมัน ในสภาพที่ต้องถูกกดดัน ต้องแข่งขันกับชาวต่างชาติอื่นๆ ได้ ซึ่งท้ายที่สุดก็จะท้อแท้ และล้มเหลว) เพื่อเป็นการปูพื้นฐาน ให้สามารถนำความรู้ไปเรียนเพิ่มเติมได้ง่ายขึ้น เป็นการบูรณาการแบบยั่งยืน คนไทยจะได้ปรับตัวได้ในสังคม ใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีความสุข และทำมาหากินได้อย่างสุจริต มีศักดิ์ศรีเป็นความภาคภูมิใจ เจกเช่นคุณ “ณณกุล”

สนใจแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมได้ที่
info@d-magazine.de

เยอรมันน่าจะเรียกอาชีพเทห์ ๆ ของดิฉันว่า
หากบริหารงานไม่ลงตัว ก็มีสิทธิ์เจ๊งเหมือน
ตั้งแต่อาหารการกิน การซื้อหา การปรุงแต่ง
น(ขยะ)
สมาชิกในครอบครัวมีอาการขัดแย้งขัดขากัน
บาล สมาคมกีฬา โรงเรียนสอนเล่นดนตรี
อื่น ๆ เช่น สัมมนาการซื้อขยาที่ปเปอร์แวร์
น(รวมดิฉันด้วย คุณสามีเป็นแหล่งเงินทุนของ
ประเภทที่เกี่ยวกับลูกสามคน คือด.ช.โยโย
ที่ม้า เล่นยิมนาสติกและเล่นดนตรี ไปงาน
อีกทั้งต้องเตรียมชุดออกงานของสาม

ลูกสามคน นิสัยสามแบบ ดิฉันขอยืนยันคำว่า “จริง” การจัดการบริหารจะไม่ยากนัก ถ้าเรารู้จักนิสัย
ของลูกแต่ละคน หนูเอฟี ลูกสาวคนเล็กของดิฉัน เด็กแก่นและซน (บางคนบอกว่า หนูเอฟีทะเล่สิ่ง)
ไม่ชอบนั่งอยู่นิ่งๆ (บางคนบอกว่า หนูเอฟีไฮเปอร์) และมักจะได้รับการสายหัวจากชายไปขวาจาก
ผู้ใหญ่ พวกเขาบอกว่า หนูเอฟีมีพฤติกรรมแปลกๆ เช่น ชอบเถียง หนีโรงเรียน เตะผ่าหมากเพื่อน
ชายตอนอยู่ ป.๑ เป็นต้น พฤติกรรมอย่างนี้ผู้ใหญ่บอกว่า แปลก ดิฉันในฐานะผู้จัดการครอบครัว
ได้รับแจ้งถึงพฤติกรรมโดดเด่นๆ ของเอฟีอย่างสม่ำเสมอ ก่อนจะเชื่อใจก็ ต้องมีการซักถามจำเลย
ทุกครั้งที่ได้รับการฟ้องร้องมา หนูเอฟีจะให้เหตุผลเสริมว่า “เพราะว่าอย่างนี้ และเพราะอย่างนั้น” ก็
หนูไม่ผิด” ขอยกตัวอย่างเรื่องที่หนูเอฟีเถียงครูวิชาวาดเขียนเมื่ออยู่ป.๒ ครูสอนว่า “สีรุ้ง (Regen-
bogen) มีหกสีนะนักเรียน” หนูเอฟียกมือท้วงว่า “นายน์ ...มีเจ็ดสีตะหาก” ครูยืนยันว่า มีหกสีจำหนู
-ม่วง/น้ำเงิน/เขียว/เหลือง/แสด/แดง- หนูเอฟีเถียงว่า “แม่ของหนูบอกหนูว่ามีเจ็ดสีคะ ม่วง/คราม/
น้ำเงิน/เขียว/เหลือง/แสด/แดง สีครามเรียกว่า Indigo ใจคะคุณครู” นั่นไง...งานเข้าเลย ...วันนั้นคุณ
ครูโทรฯคุยกับดิฉัน และยืนยันสีรุ้งของคุณครูเป็นหกสี และดิฉันก็ยืนยันสีรุ้งของดิฉันว่า มีเจ็ดสีดัง
เดิม รู้สึกว่า คุณครูจะไม่พอใจนิดๆ มือน้อยๆ ของหนูเอฟีตบปาดิฉันและปลอบดิฉันว่า “ Gell,
Mama! Ich bin ich und du bist du, wir sind gleich” ดิฉันกอดหนูเอฟีแล้วสรุปความว่า “เนาะลูก
เนาะ เราเห็นสีรุ้งมีเจ็ดสีเหมือนกันเลยเนาะ” แล้วคุณละ คุณเห็นสีรุ้งมีกี่สี



หอยนิวซีแลนด์ทอดสไตล์ไทย ๆ

วันนี้ขอเสนอ หอยทอดสไตล์ไทย ๆ ตะ แต่ปรับปรุงไปตามยุคสมัย เพื่อความคล่องตัว ในการอยู่รอดในต่างประเทศ

เครื่องปรุง

- หอยแหม่ม (จริง ๆ เจ้าหล่อนชื่อ หอยนิวซีแลนด์)
- น้ำมันพืช
- ไข่ไก่
- กุ้งอก
- ผักชี
- แป้งโกกิ

วิธีทำ

สูตรปรับปรุงเพื่อความสะดวกของแม่บ้านไทยในต่างประเทศคะคือไม่ต้องผสมแป้งเองให้ยุ่งยาก

ใช้แป้งโกกิละลายน้ำเล็กน้อย ก็ได้แป้งผสมแล้วคะ เปิดเตาตั้งไฟปานกลาง เทแป้งลงกระทะ (ตุรุ่ม) ทอดหนึ่งจาน ก็ใส่หอยประมาณสี่ถึงห้าตัว พอแป้งกรอบ ก็ใส่ไข่และกุ้งอก ผัดจนไข่สุก ก็ยกเสิร์ฟพร้อมซอสศรีราชา



ทับทิมกรอบสูตรแม่แดก

เครื่องปรุง

- แอปเปิ้ลสด หนึ่งผล หรือตามจำนวน ที่ต้องการ
- แป้งมัน น้ำแดงเฮลบลูบอย น้ำตาลทราย น้ำสำหรับทำน้ำเชื่อม
- กะทิกระป๋อง น้ำแข็ง
- แอปเปิ้ล มีหลาย พันธุ์ แม่แดกเลือกพันธุ์ Granny Smith เพราะว่ามีเนื้อแน่น กรอบ ดูภายนอกคล้ายแก้ว

ทับแอปเปิ้ลให้เป็นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ จะลอกเปลือกก็ได้ แต่แม่แดกไม่ลอก ต้องการวิตามินกับความกรอบ หลังจากนั้นนำแอปเปิ้ลที่หั่นแล้วไปแช่น้ำแดงเฮลบลูบอยหนึ่งชั่วโมง ตักแอปเปิ้ลที่แช่น้ำแดง พักน้ำให้แห้งก่อน แล้วนำแอปเปิ้ลลงตุลกลงในแป้งมัน ให้ติดแป้งแยะ ๆ ตมน้ำให้เดือด เทแอปเปิ้ลที่ตุลกลงในแป้งมันแล้วลงไปนึ่งน้ำเดือด พอลอยตัว ก็ตักขึ้น แล้วแช่น้ำเย็น

วิธีทำน้ำกะทิ: ใช้กะทิกระป๋อง ต้มกะทิ พอเดือด ยกลง อบด้วยเทียนหอม
วิธีทำน้ำเชื่อม: ตมน้ำให้เดือด แล้วนำน้ำตาลทรายลงเดี่ยวจนข้น แล้วทิ้งให้เย็น

วิธีเสิร์ฟ: ตักทับทิมกรอบ ใส่ น้ำเชื่อม ราดด้วยน้ำกะทิ เติมความเย็นด้วยน้ำแข็ง ตามรูปคะ

“THE LAST LECTURE”

“อะไรคือสิ่งที่คุณจะทำให้กับโลก
ถ้าคุณรู้ว่าคุณเหลือโอกาสครั้งสุดท้าย”

เขียนในวันอากาศดีวันหนึ่งในฤดูใบไม้ผลิ

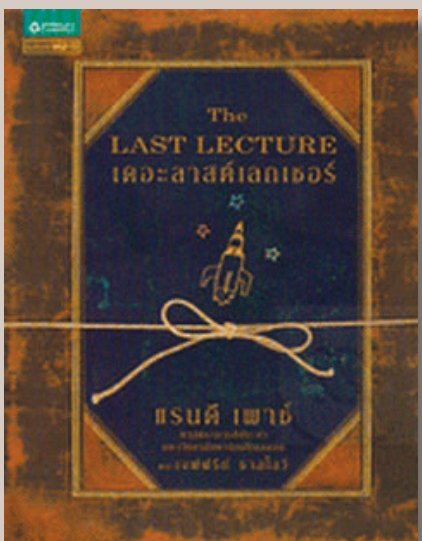
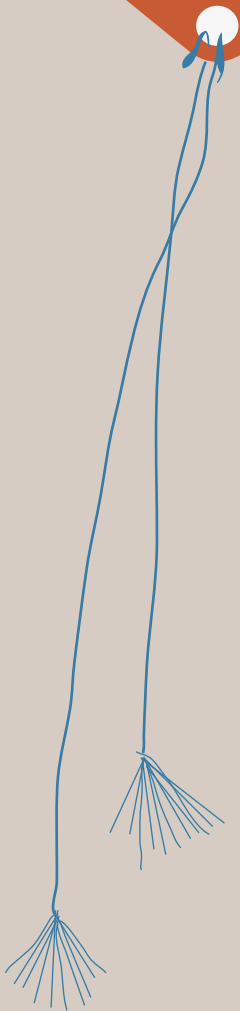
ปิดปีที่คิดถึง

มะด่งต้องขอบใจปิดปีอย่างมากเลยนะจะ สำหรับกำลังใจครั้งสำคัญจากจดหมายตอบฉบับก่อน ฉันดีใจมากที่เธอตอบจดหมายฉันอย่างรวดเร็ว ขอขอบคุณที่เธอเข้าใจและให้กำลังใจพร้อมทั้งคำแนะนำในการดำเนินชีวิตที่เป็นประโยชน์กับฉันเป็นอย่างมาก จดหมายของเธอทำให้ฉันรู้ว่าการมีเพื่อนแท้ที่หวังดีกับเราสักคนนั้น ดีกว่ามีเพื่อนกินมากมายที่ละทิ้งเราไปเมื่อยามทุกข์ยาก ฉันสัญญาว่าจะเข้มแข็งและทุกอย่างจะกลับมาเรียบร้อยดีเหมือนเดิม ทุกวันนี้ยามใดที่ฉันเหงาๆ ก็จะหยิบจดหมายของเธอขึ้นมาอ่านอยู่เรื่อย ๆ ถึงมันจะทำให้ฉันน้ำตาไหลพรากแต่มันก็ทำให้ฉันได้เห็นความรักของเธอที่เต็มเปี่ยมในจดหมายฉบับนี้นั้น...ขอบคุณเธอมากๆ นะจะ

ชีวิตคนเราต้องมองไปข้างหน้าเข้าไว้...ความหลังและอดีตมีไว้เป็นบทเรียนแต่ไม่ใช่ปลักที่ให้เราไว้จ่อมจมตัวเองไม่ไปไหน วันนี้ที่ฉันเขียนจดหมายมาคุยกับเธอ ไม่ใช่แค่จะขอบคุณเธอเท่านั้นหรอกนะจะ แต่ฉันมีหนังสือดีเล่มหนึ่งมาแนะนำให้เธอได้อ่านเป็นการตอบแทน ฉันคิดว่าหนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือที่รวมทุกอย่างไว้ “สำหรับชีวิต” ใช่แล้วจะปิดปีหนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือเพื่อชีวิต เพื่อลูก เพื่อครอบครัว เพื่อการงาน และเพื่อความตาย... ฟังดูน่าตกใจใช่ไหมละ...แต่ฉันรู้ว่าเธออยากอ่านมันขึ้นมาบ้างแล้วไม่มากก็น้อยแน่ๆ เลยทีเดียว มาเลยจะ มะด่งจะเล่าให้ปิดปีฟังเดี๋ยวนี้แหละจะ

หนังสือเล่มนี้มีชื่อว่า “The Last Lecture – เดอะลาสต์เลกเชอร์” (แปลแบบไทยๆ ได้ความหมายที่แอบหดหู่นิดหนึ่งว่า บทเรียนครั้งสุดท้าย) หนังสือเล่มนี้เป็นการถอดความจากปาฐกถาครั้งสุดท้ายของศาสตราจารย์ดอกเตอร์แรนดี เพาช (Richard P. Feynman) ซึ่งเป็นศาสตราจารย์ประจำด้านวิทยาการคอมพิวเตอร์ แห่งมหาวิทยาลัยคาร์เนกีเมลลอน สหรัฐอเมริกา ฟังประวัติของแรนดีแค่นี้ เธอคงจินตนาการไปว่าเขาเป็นชายแก่คร่ำครึ นวดเพิ่มและคงแก่เรียนใช่ไหมละจะ ปิดปีที่รัก.....ผิตถนัดเลยจะ...แรนดียังหนุ่มอยู่มากเลยที่เดียวในขณะที่เขากล่าวปาฐกถา แต่แล้วทำไมเขาถึงได้รับอนุญาตให้ขึ้นกล่าวปาฐกถาเป็นครั้งสุดท้ายที่หอประชุมมหาวิทยาลัยต่อหน้าผู้คนนับร้อยได้นั้นหรือ....คำตอบก็คือ...เพราะว่าเขากำลังจะตายด้วยโรคมะเร็งในตับอ่อน แรนดียังหนุ่มอยู่มากเมื่อเขาได้รับผลการวินิจฉัยว่ามีก้อนเนื้ออกสีบก้อนอยู่ในตับอ่อน เขาเป็นพ่อของลูกเล็กๆ อีกสามคน และได้แต่งงานกับหญิงสาวในฝัน (อ่านถึงตรงนี้นั้นก็น้ำตาปริ่มขอบตาด้วยความสงสารเสียแล้ว) ปาฐกถาในวันนั้นเขาให้ชื่อว่า “~~Maxwell~~ing Your Childhood Dreams – ความฝันในวัยเด็กที่เป็นจริง”

แรนดีคนนี้ทำให้ฉันทั้งและเคารพความตั้งใจดีของเขา เขาได้ทำให้ชีวิตที่กำลังจะจบลงของเขา กลายเป็นแรงบันดาลใจสำหรับคนที่กำลังมีชีวิตอยู่ได้ เขาระดุนเตือนให้ผู้ฟังและผู้อ่านนำชีวิตของเขาประยุกต์ใช้ในชีวิตของตนเองได้ แรนดีเรียงลำดับเรื่องราวตั้งแต่เขายังเด็กๆ การถูกหลอหลอมและเลี้ยงดูจากพ่อและแม่ที่เข้าใจเขา เขาเล่าถึงชีวิตการเรียน เรื่อยมาจนถึงชีวิตการทำงาน ความตั้งใจและระเบียบวินัยในการทำงาน เขาเล่าเรื่องน่ารักๆ ในช่วงที่เขาตามจีบภรรยาด้วยนะจะ ฉันอ่านไปก็อมยิ้มไปด้วยเลยที่เดียว...แอบเขินนิดหน่อยประหนึ่งว่าเขาเข้ามาจีบฉันเอง ฮ่าๆ



แต่สิ่งที่ทำให้ฉันชอบใจมากที่สุดก็คือความรับผิดชอบของเขา จะ เขาชี้ให้เห็นว่าความรับผิดชอบต่อชีวิตนั้นสำคัญแค่ไหน แรนตีรู้ดีว่าไม่ว่าเขาจะถ่ายวิดีโอ อัดเทปหรืออะไรก็แล้วแต่ทิ้งไว้ให้ลูกๆ มันก็คงไม่สามารถทดแทนการมีพ่อที่มีชีวิตอยู่ได้ แต่แรนตีก็ยังทำ เขาถ่ายทอดความรักมากมายไว้ให้ลูกๆ และภรรยา นี่คือการรับผิดชอบต่อหน้าที่ความเป็นพ่อและสามีที่ทำให้ฉันประทับใจมาก และในการปาฐกถาครั้งนี้เขายังรับผิดชอบต่อผู้ฟังด้วยการตั้งคำถามให้เหล่าผู้ฟังได้กลับไปคิดทบทวนเป็นการบ้านว่าเราจะทำอย่างไรหากเราตกอยู่ในสถานการณ์เช่นเดียวกับเขา “อะไรคือสิ่งที่คุณจะทำให้กับโลก ถ้าคุณรู้ว่าคุณเหลือโอกาสครั้งสุดท้าย” แจ่มใหม่ละปิดปี่...

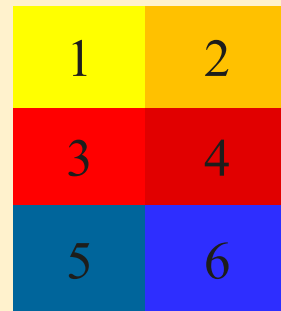
ท้ายที่สุดแล้ว...ฉันกลับค้นพบว่า สิ่งสำคัญที่สุดที่เขาพูดผ่านตัวหนังสือเหล่านี้คือ เขาสอนให้ฉันมีความรับผิดชอบต่อตัวเองจะปิดปี่จะ...เธอเคยฝันไหม แล้วความฝันเหล่านั้นเธอทำให้มันเป็นจริงได้มากน้อยแค่ไหน แรนตีเป็นตัวอย่างที่ดีของการกักไม่ปล่อย เขายังคงจดจำความฝันเหล่านั้นได้เสมอ ถึงแม้ว่าจะไม่เป็นจริงในทันทีในทางตรง แต่เขาก็ยอมเดินอ้อมเพื่อให้ฝันเป็นจริง ฉันจะไม่บอกเธอหรอกนะจะว่าเขฝันว่าอย่างไร...ของแบบนี้ต้องอ่านเองจะ...ถึงจะลุ่นและสนุกไปด้วย

อีกอย่างหนึ่งที่ฉันพบหลังจากการอ่านหนังสือจบก็คือ ถึงแม้ว่าแรนตีจะมีไข้ชาวพุทธตามไบเบิ้ล แต่เขาก็ได้ใช้ชีวิตตรงตามหลักคำสอนของพระศาสดาของเราจนถึงวินาทีสุดท้าย เขาเสียชีวิตลงด้วยโรคมะเร็งในตับอ่อนหลังจากที่เขาขึ้นกล่าวปาฐกถาครั้งสุดท้ายเพียงสิบเดือน ในขณะที่มีอายุเพียงแค่ ๔๗ ปีเท่านั้น แต่เขากลับเผชิญหน้ากับความตายด้วยความมีสติ และเลือกที่จะใช้ชีวิตในปัจจุบันขณะอย่างเต็มเปี่ยมและไม่หวาดกลัวต่ออนาคตที่ยังมาไม่ถึง ฉันมั่นใจว่าถ้าใครได้มีโอกาสอ่านหนังสือเล่มนี้แล้ว เป็นไปไม่ได้เลยที่ผู้อ่านจะไม่เติบโตขึ้นทางปัญญาและจิตวิญญาณ หนังสือเล่มนี้จึงครอบคลุมความเป็นมนุษย์เพราะมนุษย์เราเกิดมาแล้วก็มีสองเรื่องหลักที่เลี่ยงไม่ได้ก็คือความตายและการใช้ชีวิต

ฉันอ่านหนังสือเล่มนี้จบด้วยความซาบซึ้งใจ จึงอยากจะแนะนำให้เธอหามาอ่านนะจะ รับรองว่าอ่านง่ายและไม่ทุกข์เศร้าเคล้าน้ำตาแน่นอน...ออกจะตลกหน่อยๆ ซะด้วยซ้ำไปจ้ะ...หนังสือเล่มนี้มีทั้งเป็นภาษาไทย พิมพ์โดยสนพ. อมรินทร์ how to ได้รับการแปลเป็นภาษาไทยโดย วณิชชา เรข ราดา ๑๗๕ บาท บัดบื้อยาลิมแนะนำหนังสือนี้ให้คนใกล้ตัวของเธอไปหามาอ่านด้วยนะจะ เพราะว่าหนังสือเล่มนี้มีทั้งภาษาอังกฤษและภาษาเยอรมัน หากเธอเบื่อบ้าง ซึ่เกียจจะอ่าน ก็มีเป็นหนังสือเสียงด้วยจะ ฟังเอาก็ได้สบายดีเหมือนกัน...

รักและคิดถึงปี่ดีมาก ๆ

*
มะดงคนเดิม.



1. Bild : Farben 1 und 2



2. Bild: Farben 1, 2 und 3



3. Bild : Farben 1, 2, 3 und 4

Malkurs in Bildern I

von Isa Barlak, Kunsttherapeutin

Heute: die Farben des Regenbogens

Überall auf der ganzen Welt können die Menschen an bestimmten Tagen einen Regenbogen am Himmel sehen. Er erscheint wie eine Brücke zwischen Himmel und Erde, besonders wenn die Sonne scheint und es gleichzeitig regnet.

Wir können mit unseren Augen sechs leuchtende Farben erkennen: von oben nach unten sehen wir Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau und Violett.

Bei besonderen Lichtverhältnissen sieht man ihn sogar doppelt, den zweiten Bogen etwas blasser und in umgekehrter Farbfolge.

In unserem Malkurs in Bildern wollen wir mit den Regenbogenfarben spielen und so fantasievolle Bilder entstehen lassen.

Im letzten Heft, in der ersten Ausgabe dieses Magazins, hat Aunchun uns gezeigt, wie man aus den drei Grundfarben Rot, Gelb und Blau neue Farben mischen kann, und zwar Orange, Grün und Violett. Mit diesen Farben hat sie die Elefanten alle schön bunt gemalt.

Wir machen heute weiter mit dem Farbenmischen und lernen neue Möglichkeiten, mit den Grundfarben und ihren Mischfarben zu malen. Die Farben leuchten besonders schön, wenn man von jeder Grundfarbe zwei hat, wie ihr hier sehen könnt: eine helle und eine dunkle Gelb, eine helle und eine dunkle Rot und eine helle und eine dunkle Blau. Diese Farben haben Nummern, die ihr immer unter den Bildern findet. Dann weiß man genau welche Farben man nacheinander benötigt.

Jetzt wollen wir die Regenbogenfarben malen und am Schluss kann jeder dann eine Landschaft daraus entstehen lassen, mit Wasser oder ohne, mit Bäumen oder Tieren oder vielleicht auch etwas ganz anderes. Jeder hat seine eigene Fantasie.

Die Bilder, die ihr hier seht, sind mit Aquarellfarben auf ein feuchtes Papier gemalt, aber ihr könnt natürlich auch andere Farben probieren. Wichtig ist nur, dass man die Farben schön ineinander malt – eben wie im Regenbogen am Himmel.

Viel Freude beim Malen! Wir sind sehr gespannt auf eure Werke!



7. Bild : Farben 1, 2, 3, 4, 5 und 6+1



6. Bild : Farben 1, 2, 3, 4, 5 und 6+1



5. Bild : Farben 1, 2, 3, 4, 5 und 6



4. Bild : Farben 1, 2, 3, 4 und 5

ก ข ข ค ค ข ง ง ฉ ฉ จ จ ฑ ฒ

ประดิษฐ์อักษรไทยให้สนุกสนาน

ก่อนอื่นขอแนะนำตัวก่อนค่ะ ดิฉันชื่อศิริพร Gerstner อยู่เบอร์ลิน ดิฉันเป็นคุณแม่คนหนึ่งที่ได้ทำงานประดิษฐ์นี้มาสร้างสายใยรักและผูกพันกับลูกรักตั้งแต่ลูกรักยังเป็นเด็กเล็กๆ และเป็นการทำงานสายใยแห่งรักด้วยงานประดิษฐ์จริงๆ ค่ะ ทำให้ดิฉันและลูกใกล้ชิดกันมากได้พูดคุยกันตลอดเวลา จนคิดว่าเราเป็นเพื่อนกันด้วยซ้ำค่ะ และยังถือว่าเป็นการฝึกให้ลูกมีสมาธิที่ยาวและนาน ลูกรักก็จะเป็นเด็กช่างคิดและค้นหาอะไรใหม่ๆ มาทำเสมอ เพราะว่าเรามีอะไรที่จะสามารถทำด้วยกันอยู่ตลอดเวลา

ในครั้งแรกๆ ขอแนะนำว่างานประดิษฐ์ที่จะทำกับลูกรักนั้น ต้องไม่ยากจนเกินไป เช่น สำหรับเด็กเล็กก็ควรเน้นเรื่อง ตัด ปะ ทากาว ระบายสี และและลากเส้นต่างๆ มีข้อแม้วางงานนั้นจะต้องทำให้เสร็จภายในเวลาสั้นๆ เพื่อให้ลูกรักมีความภาคภูมิใจในผลงานของตัวเองด้วยค่ะ และผู้ปกครองสามารถดูว่าลูกรักมีความอดทนและสนุกกับงานประดิษฐ์มากน้อยเพียงใดด้วย เพื่อจะได้หางานชิ้นต่อไปให้ทำได้ตามความต้องการของลูกรัก

การเริ่มต้นทำงานฝีมือนี้ต้องขอความกรุณาให้เริ่มอย่างถูกต้อง เช่น ฝึกวิธีจับดินสอให้ถูกวิธี โดยวางดินสออยู่บนปลายนิ้วกลาง โดยใช้นิ้วโป้งและนิ้วชี้ประคองจับดินสอ หากจับไม่ถูกวิธีจะทำให้เมื่อยมือและจับได้ไม่นานนัก จะมีผลทำให้เด็กไม่อดทนและอาจจะเบื่อในการเขียนหนังสือไปด้วยค่ะ และอีกอย่างก็คือเป็นหัวใจที่สำคัญคือ ผู้ปกครองต้องมีส่วนร่วมและช่วยในการดูแลอันตรายและหาวิธีป้องกันให้กับลูกรักมากที่สุดเพื่อลูกรักจะได้ไม่กลัว เช่น กรรไกรควรจะเป็นแบบปลายมน เทคนิคเล็กๆ น้อยๆ เช่นนี้จะทำให้ลูกรักสนุกกับงานฝีมือและมีความสุข หากสิ่งใดเป็นอันตรายผู้ปกครองต้องเข้ามาให้ความช่วยเหลือทันทีและตลอดเวลาค่ะ อย่างน้อยลูกรักของเราก็จะรู้สึกอบอุ่นและปลอดภัย อย่าลืมนะคะว่าสิ่งนี้เป็นหัวใจสำคัญเป็นอย่างยิ่งที่จะสร้างความรักและความผูกพันในครอบครัวค่ะ

พวกเรามาทำงานฝีมือกับลูกรักของพวกเขาดีกว่าค่ะ งานประดิษฐ์ง่าย ๆ ได้รับความสุขทั้งครอบครัว ช่วยในการเรียนรู้ภาษาไทย และทำให้ลูกรักมีความสุขและเกิดภาคภูมิใจในผลงานที่ออกมาด้วยงานประดิษฐ์ด้วย หากทำเสร็จแล้ว ขอความกรุณาแสดงผลงานของลูกรักไว้ในมุมต่างๆ ของบ้านด้วยนะคะ

วันนี้ศิริพร ขอแนะนำการประดิษฐ์ตัวอักษรภาษาไทย ตัวแรกของเรา ก.ไก่ ค่ะ ก่อนทำงานประดิษฐ์ก็ควรให้ลูกรักเรียนรู้เรื่องสีต่างๆ อย่างน้อยก็ให้ลูกพูดตามเช่น ถามเรื่องสีเพื่อให้ลูกรักเลือกสีที่ต้องการ โดยคุณแม่อาจจะหยดสีให้ลูกดู ขนไก่ ปาก ตา และอุปกรณ์ เช่น หยิบขนไก่ให้คุณแม่หน่อยค่ะ เป็นต้น เพราะว้อย่างน้อย ลูกรักก็จะได้ทราบว่า สิ่งนี้เรียกว่าอะไร การพูดบ่อยๆ จะทำให้ลูกรักจำได้ โดยไม่รู้ตัวว่ากำลังเรียนการพูดอยู่ค่ะ

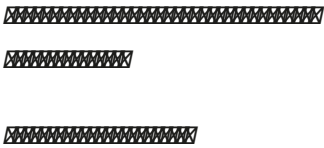
อุปกรณ์

- ผ้าสักหลาด -สีแดงสำหรับทำปากและหงอน
- ไก่ - สีอื่นๆ ตามชอบใจสำหรับทำตัวและหัวไก่
- ขนไก่ย้อมสีต่างๆ
- กรรไกร
- ดินสอ
- ไม้บรรทัด
- กาว
- ลูกตา ขนาดเล็กหรือใหญ่ 1 คู่
- กาวปืนสำหรับติดขน หากไม่มีก็สามารถใช้กาวลาเท็กซ์ได้ค่ะ
- ด้ายและเข็ม

ก ข

ตัวอักษร ก ตัวนี้เป็นตัวแรกสำหรับอักษรไทย อาจจะเป็นประโยชน์สำหรับลูกรัก ไม่มากก็น้อย หากได้ผล อนุทิน กรุณาเล่าสู่กันฟังบ้างนะคะ หรือหากมีข้อเสนอแนะ กรุณาติดต่อมาตามอีเมลนะคะ

siriporn@xcus.net

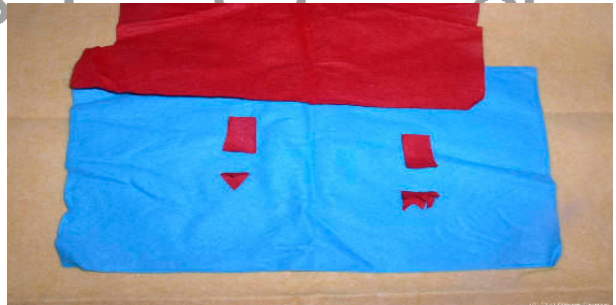


วิธีทำ

1. ตัดผ้าสักหลาดสำหรับทำตัวไก่ ขนาดกว้าง ครึ่งนิ้ว ความยาว 24 นิ้ว จำนวน 1 เส้น
2. ตัดผ้าสักหลาดสำหรับหัวไก่ ขนาดกว้าง ครึ่ง นิ้ว ความยาว 12 นิ้ว จำนวน 1 เส้น
3. นำผ้าสักหลาด ความยาว 24 นิ้ว มาทำตัว ไก่โดยม้วนให้แน่นเป็นวงกลม แล้วติดด้วย กาวตรงปลายผ้า
4. นำผ้าสักหลาด ความยาว 12 นิ้ว มาทำหัวไก่ โดยม้วนให้เป็นวงกลม แล้วติดด้วยกาวตรง ปลายตรงปลายผ้า
5. นำผ้าสักหลาดสีแดง มาตัดเป็นรูปปาก และ หงอนไก่
6. นำลำตัวไก่และหัวไก่มาติดกาว ใช้ปืนกาวหรือ จะใช้กาวลาเท็กซ์ก็ได้ค่ะ
7. นำขนไก่ ปาก หงอน และตา มาติดกาว หาก ไม่มีปืนกาว ก็สามารถใช้อีกาวลาเท็กซ์แทนได้ ค่ะ แต่ต้องรอให้แห้งก่อนจึงจะนำไปเย็บด้วย ด้ายสำหรับแขนค่ะ
8. นำเข็มมาร้อยด้ายเย็บสำหรับผูกห้อยหรือแขวน ตามหน้าต่าง หรือตามต้นไม้ ตามความชอบค่ะ



ตัดผ้าสักหลาดสำหรับทำตัวไก่ ขนาดกว้าง ครึ่งนิ้ว ความยาว 24 และ 12 นิ้ว อย่างละเส้น นำม้วนให้แน่น เป็นวงกลม ทำเป็นตัวและหัวไก่ แล้วติดกาวตรงปลายผ้า



นำผ้าสักหลาดสีแดง มาตัดเป็นรูปปาก และหงอนไก่



นำลำตัวไก่และหัวไก่มาติดกาว



คัฟเค้กกล้วยหอม



วันนี้ดูในครัว มีกล้วยหอมหอมๆ เหลืออยู่ มาทำคัฟเค้กกล้วยหอมกันนะคะ มาเตรียมส่วนผสมกันก่อน (ทำคัฟเค้กได้ประมาณ ๑๐-๑๒ ชิ้นค่ะ)

แป้งสาลีเนกประสงค์ ๑๒๐ กรัม

น้ำตาลทราย ๑๕๐ กรัม

เบคกิ้งพาวเดอร์ ๑ ช้อนโต๊ะ

อบเชยป่น ๑ ช้อนชา

ขิงป่น ๑ ช้อนชา

เกลือ ครึ่งช้อนชา

เนยจืด ๘๐ กรัม

นมสด ๑๒๐ มิลลิลิตร

ไข่ไก่ฟองใหญ่ ๒ ฟอง

กล้วยบด ๑๒๐ กรัม

ผงโกโก้ ๑ ช้อนโต๊ะ (ถ้าไม่ชอบสีโกโก้ ไม่ต้องใส่ค่ะ)

ถ้าพร้อมแล้ว ลงมือเลยนะคะ ก่อนอื่นเปิดเตาอบทิ้งไว้ที่อุณหภูมิ ๑๗๐ องศาเซลเซียส

หยิบอ่างใบใหญ่มา ใส่แป้ง, น้ำตาลทราย, เบคกิ้งพาวเดอร์, อบเชยป่น, ขิงป่น, เกลือ และเนยที่นุ่มแล้ว ตีด้วยตะกร้อไฟฟ้าด้วยความเร็วต่ำ จนส่วนผสมเข้ากันดี (จะเหมือนทรายหยาบ ๆ นะคะ)

ค่อยๆ รินนมลงไปในส่วนผสมแป้งที่ได้ และตีไปเรื่อยๆ เข้ากันดีแล้ว ใส่ไข่ทีละฟอง เมื่อทุกอย่างเนียนรวมกันเป็นเนื้อเดียวกัน ใส่กล้วยหอมที่บดไว้แล้วลงไป คนให้เข้ากัน นำส่วนผสมที่ได้ ใส่ในถ้วยกระดาษที่เตรียมไว้ ตักใส่แค่เศษสองส่วนสามของถ้วยก็พอ เข้าอบประมาณ ๒๐-๒๕ นาที

ลองใช้ไม้จิ้มฟันจิ้มตรงกลางนะคะ ถ้าไม่มีแป้งติดออกมา แสดงว่าสุกใช้ได้แล้วค่ะ



ระหว่างรอให้คัพเค้กกล้วยหอมเย็น เรามาทำหน้าช็อคโกแลตสำหรับเคลือบคัพเค้กกันดีกว่า ส่วนผสมมีง่าย ๆ ดังต่อไปนี้ค่ะ

น้ำตาลไอซิ่ง ๒๕๐ กรัม

เนยจืด ๑๐๐ กรัม

ผงโกโก้ ๔๐ กรัม

นมสด ๔๐ มิลลิลิตร

ร่อนน้ำตาลไอซิ่งและผงโกโก้ก่อน ใส่เนยจืดที่นุ่มแล้วลงไป ใช้ตะกร้อไฟฟ้าตีด้วยความเร็วปานกลาง เมื่อส่วนผสมเข้ากันดีแล้ว ลดความเร็วลง และค่อย ๆ รินนมสดลงไปทีละน้อย เสร็จแล้วเราจะได้น้ำช็อคโกแลต เนียน ๆ นะคะ จะให้ตี ตีต่อด้วยความเร็วสูงอีกสัก ๕ นาที คราวนี้น้ำช็อคโกแลตจะดูนุ่มฟูน่ารับประทานค่ะ

ที่นี้มาแต่งหน้าให้คัพเค้กกล้วยหอมที่เย็นแล้วกัน จะใส่ที่บัพหรือแค่ใช้มิดปาดหน้าให้เรียบ ๆ ก็ได้ ไม่ว่าจะกินคะ โรยด้วยเกล็ดช็อคโกแลตหรือเกล็ดน้ำตาลสีสวย ๆ ก็เสร็จแล้วค่ะ

ขงขาร้อนๆ หอมกรุ่นได้เลย ขอให้อร่อยค่ะ.....

มีไอเดียแถมให้นิดนะค่ะ ถ้าจะจัดคัพเค้กให้เป็นของฝากหรือแจกกลับบ้าน หากกระดาษห่อของขวัญสวย ๆ (แบบหนาหน่อย) มาพับเป็นถุงเจาะตรงกลางให้เป็นช่องสี่เหลี่ยม ติดพลาสติกใสให้ เห็นคัพเค้กสวย ๆ ข้างในเสียหน่อย ตกแต่งผูกโบว์อีกนิด แค่นี้ก็จะประทับใจผู้รับแล้วค่ะ

คุณผู้อ่านเคยเป็นอย่างดิฉันไหมคะ?

ดิฉันเคยทำงานในอาชีพที่รัก มีความสุขกับงานมากมาย มีรายได้เป็นของตัวเอง จะซื้ออะไรจะจ่ายอะไร (ที่ไม่เกินตัว) ก็ไม่มีปัญหา อยู่สืบครอบครัวพร้อมหน้า เพื่อนฝูงเฮฮา มีความสุขตามอัตภาพ

แต่เมื่อเกมเทพแฝงศร จำเพาะว่าคนที่รักเกิดจะไม่ใช้คนไทยขึ้นมา บุปเพอาละวาดก็ทำให้ในท้ายที่สุดต้องทิ้งทุกอย่างที่เมืองไทยมาเริ่มต้น “ชีวิตคู่” ต่างบ้านต่างเมืองกับสภาพแวดล้อมใหม่ ภาษาใหม่ ขนบธรรมเนียมประเพณีใหม่ ครอบครัวใหม่ เพื่อนใหม่ วิถีชีวิตใหม่ ที่ต่างประดังประเดตา โถมกันเข้ามาพร้อม ๆ กัน ในคราวเดียว แบบไม่ให้ตั้งตัว

สำหรับดิฉัน ที่หนักที่สุด คงเป็น “ความอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาคนอื่น” (independence) จากคนที่ทำอะไรเองได้ทุกอย่าง อย่างขับรถเอง นั่งรถเมล์เอง ซื้อของเอง ทำทุกอย่างเอง กลับต้องมาพึ่งคนอื่นเกือบจะตลอดเวลา ไปไหนมาไหน พึ่งใครเขา ก็ไม่รู้เรื่อง นายสถานีประกาศอะไรก็ไม่ออก ดูทีวี ไม่รู้เรื่อง อ่านหนังสือพิมพ์ อ่านป้ายก็ไม่ค่อยจะได้ จะถามทางก็ไม่กล้า ไม่ใช่ว่ากลัว แต่เพราะถามไปแล้วถึงเขาใจดีตอบมา ดิฉันก็ฟังไม่รู้เรื่องอยู่ดี ไม่นับถึงเรื่องที่ต้องไปจ่ายตลาด แม้ว่าเงินมีอยู่ในมือ หนึ่งถึงสิบภาษาใหม่ก็ท่องได้ แต่พอคนขายบอกราคามา มันก็ฟังไม่ทันอยู่ดี สองสามเดือนแรก ดิฉันทำเหมือนที่คุณโน้ส อุดม เล่าไว้ในเดี่ยวไมโครโฟนของเขาว่า จ่ายแต่เบงคี่ใหญ่เท่านั้น รับเงินทอนมาเป็นกำ ได้คืนมาเท่าไรก็เท่านั้น

ความมั่นใจในตัวเองที่เคยมีมาทั้งชีวิตหายไปจนหมดสิ้น ดิฉันกลายเป็นคนไม่มีความมั่นใจ ใจเอาเสียเลย ชักกลัว เดินไปไหนใครจะเข้ามาถามทางก็อยากวิ่งหนี โปรดย่าเข้ามา ฉันพูดไม่เป็นไม่เห็นเธอ ฉันหน้าตาเป็นกะเหรี่ยงอย่างไรจะพูดภาษาเธอได้ยังไง แต่ในขณะที่เดียวกันถ้าใครมาเรียกดิฉันว่า “แม่บ้าน” ก็จะปวดใจมากมาย โปรดย่าเรียกฉันอย่างนั้น ฉันไม่ใช่แม่บ้าน ฉันไม่ได้อยากเป็นแม่บ้าน ฉันเคยมีหน้าที่การงานที่ดี เป็น career woman อย่างมาเรียกฉันอย่างนั้น รับไม่ได้ (ทั้ง ๆ ที่ความจริงแล้วก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ เป็นแม่บ้าน สามปี เลี้ยง เพ็งย้ายมา และเรียนภาษาอยู่)

ปัจจุบันนี้ เกือบจะ 3 ปีแล้วที่ดิฉันย้ายมา คำว่า “แม่บ้าน” ไม่ได้ทำให้ดิฉันรู้สึกจี้ก๊ะจี้ก๊ะต่อไป เมื่อได้มาทำงานบ้านจริงๆ ดิฉันพบว่า โอ้ว มันเป็นงานที่เหนื่อยมากๆ มายก้อด มันต้องใช้ทั้งแรง เวลา ความพยายาม และเอาใจใส่มากมาย เพื่อให้งานบ้านที่ทำออกมาได้ดี ขอยกตัวอย่างเฉพาะการทำกับข้าว อยู่เมืองไทยไม่เคঁย ไม่เคยทำ ซื้อกินตลอดเวลา ก็แหม...มันถูกและอร่อยด้วย แต่มาอยู่ที่นี่ อะไรๆ มันก็แพง เรากี่ไม่มีรายได้ ต้องแบมือขอเงินสามปี อะไรประหยัดได้ ก็ควรต้องช่วยกันกับข้าวก็ทำเอง

อริขัยมั่งไม่ร่อยมั่งก็ว่ากันไป แต่กว่าจะทำเสร็จแต่ละมือ ไหนจะไปจ่ายกับข้าว หั่นล้างเตรียมไว้ ลงมือทำ อิ่มหน้าสำราญแล้วก็ยังต้องมาล้างจานชามอีก นั่งพักไม่ทันไรก็ต้องมาเตรียมมือต่อไป แล้วพอทำสัก 2-3 วัน ก็ต้องทำความสะอาดห้องครัว เพราะมันเลอะเสียเหลือเกิน

ชีวิตก็เป็นวงจรอยู่อย่างนี้ มันทั้งเหนื่อย น่าเบื่อ และบางทีมันก็หนัก ถ้าทานข้าวแล้วไม่ได้ล้างจานชามติดๆ กัน 2-3 มื้อ มันก็กองเป็นพะเนิน ยิ่งท้อใจยิ่งขึ้นไปอีก นี่ยังไม่พูดถึงการดูดฝุ่น ซักผ้า รีดผ้า และอะไรอีกสารพัดที่ต้องทำในแต่ละวัน อีกอย่างงานบ้านเหล่านี้ก็ไม่ได้รับการยอมรับว่ามีมูลค่าเสียด้วย ในขณะที่การออกไปทำงานนอกบ้านมีเงินเดือน แต่การทำงานบ้านไม่มี กลับถือเป็นหน้าที่ที่ต้องทำ เพราะฉะนั้น เมื่อได้มาทำเองแล้ว การเป็น “แม่บ้าน” เป็นอาชีพที่ถูกมองไม่ได้เลย ฉันทุมิใจในการเป็นแม่บ้านมากๆ และคิดว่า คุณๆที่ได้ชื่อว่าเป็นแม่ บ้าน ก็ควรจะตั้งยึดถือภูมิใจในตัวเองมากๆ เลยละ

ตระหนักได้อย่างนี้แล้ว ดิฉันก็นั่งคิด ต่อว่า ก็แล้วทำไมตอนแรกเราถึงรู้สึกไม่ชอบใจกับการถูกเรียกว่าเป็นแม่บ้านถึงขนาดนี้ ? มันเป็นอิทธิพลจากขบวนการเรียกร้องสิทธิสตรี หรือเฟมินิสต์ที่เข้มข้นขึ้นมามาก โดยเฉพาะในยุค 70s หรือเปล่า ? เรียกร้องว่าหญิงและชายควรต้องเท่าเทียมกัน และผู้หญิงก็ควรได้ทำงานนอกบ้านไม่ใช่อยู่ในบ้านตลอดเวลา พวกเราซึ่งโตมาในยุคที่การทำงานนอกบ้านของผู้หญิงถือเป็นเรื่องปกติมากๆ แล้ว เมื่อต้องกลับไปทำงานบ้านอีก ก็เหมือนย้อนยุค เหมือนว่าตกเทรนด์ เพราะอาชีพแม่บ้าน ไม่ได้โก้เหมือนสาวทำงานมันมีภาพลักษณ์สงบเสถียรมีเกียรติ เชย ล้าสมัย? ศตวรรษที่ 21 ที่เพิ่งจะมาถึงนี้ ควรจะต้องเป็นยุคที่ผู้หญิงอย่างฉัน (และคุณ) ออกมายืนแถวหน้า ทำงานได้ไม่แพ้ผู้ชายสิ

เมื่อดิฉันได้ไปหางานวิจัยมาอ่าน ก็พบว่าปัจจุบันนี้มีผู้หญิงทำงานจำนวนมาก (โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พวกที่หน้าที่การงานแจ้งๆ) กลับ “อยาก” จะเลิกทำงานใจจะขาด และกลับมาอยู่บ้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การมีเวลาให้กับ “ลูก” ของพวกเธอมากขึ้น

การสำรวจในปี 2005 บอกว่า ที่สหรัฐ มีคุณแม่ที่ทำงานนอกบ้าน (working mom) อยู่เพียง แค่ 8% ที่ยังยืนยันว่าอยากทำงานมากกว่า 35 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ อีก 92% ที่เหลือก็แบ่งกันครึ่งๆ ระหว่างกลุ่มที่ยังอยากทำงานพาร์ทไทม์อยู่ กับกลุ่มที่ไม่ต้องการทำงานเลย ขอเป็นแม่บ้านเต็มตัว เชื่อว่าเธอ ๆ ทั้งหลายที่เหลือคืองานอดิเรกพวกเราแม่บ้านชาวบุษบาไม่น้อยเลยละละ

งานวิจัยแบบเดียวกันในปี 2007 ของ Pew Research Center ก็ให้ผลลัพธ์คล้ายๆ กัน มีคุณแม่เพียง 21% ที่อยากมีงานประจำทำเต็มเวลา ตัวเลขจากสำนักงานแรงงานสหรัฐฯ ก็บอกด้วยว่ามี คุณแม่ที่อยู่บ้านเพิ่มขึ้น 1.2 ล้านคน เมื่อเทียบกับ 10 ปีที่แล้ว และยังมีอีกหลายล้านคนลดปริมาณชั่วโมงการทำงานจากเต็มเวลามาเป็นพาร์ทไทม์ ที่สำคัญคุณแม่เหล่านี้คือคนที่ศักยภาพ, การศึกษาสูง ในวัยสามสิบ ที่พร้อมสำหรับการไต่ขั้นบันไดหน้าที่การงานในองค์กรต่างๆ ทำไมพวกเธอตัดสินใจแบบนั้นกันล่ะ?

รายงานในนิตยสาร New York Times Magazine เมื่อปี 2003 อธิบายว่า มันเป็นเพราะคุณแม่เหล่านี้คิดว่าการทำงานนอกบ้านกับเป็นคุณแม่ไปพร้อมๆ กันนั้นไม่ใช่เรื่องที่น่าพิศมัยอีกต่อไป และเพราะส่วนใหญ่พวกเธอมักจะมีส่วนที่หน้าที่การงานที่ดีเช่นกัน เธอก็จึงสามารถที่จะออกมาเป็นแม่ บ้านได้เต็มตัว

ส่วนคุณแม่ที่ยังไม่สามารถออกจากงานได้อย่างที่ต้องการนั้น ก็เป็นเพราะเหตุผลด้าน “การเงิน” เป็นหลัก เรียกว่าหากครอบครัวมีรายได้ ที่น่าพอใจแล้ว พวกเธอก็พร้อมจะออกจากงานมาให้เวลากับลูกๆ ให้มากขึ้นทันที

อ่าจน ดิฉันก็อ้าว... กลายเป็นว่าการได้เป็นแม่บ้านอย่างเราๆ กลับเป็นเรื่องที่น่าอิจฉาของผู้หญิงอเมริกันก่อนประเทศอีกเนาะ แปลกดีแท้ นี่กว่าพวกเธอจะอยากก้าวหน้าในหน้าที่การงานเป็นหญิงเก่งตามภาพลักษณ์ที่มักจะถูกนำเสนอให้เราได้ เห็นเสียอีกกระนั้น คุณๆ ที่อยากจะทำนอกบ้านก็อย่าได้รู้สึกว่าคุณเองประหลาดเขี้ยวนะคะ ดิฉันเชื่อว่าเราทุกคนควรจะได้ทำในสิ่งที่เราทำแล้วมีความสุข หากหลับตาลงแล้วตอบตัวเองได้ว่าสิ่งที่ทำ แล้วมีความสุขที่สุดคือการได้ออกไปทำงานนอกบ้าน ได้พบเจอกับผู้คน ดิฉันก็คิดว่าทำเถอะค่ะ อย่าให้งานศึกษา หรือมายาคติใดๆ มาทำให้เรารู้สึกผิดหรือแปลกแยกเลย เพียงเรารู้ว่าเราเป็นใครและทำอะไรได้ดีที่สุดก็พอ

ส่วนใครที่อยู่บ้านเป็นแม่บ้าน ก็ไม่น่ารู้สึกตะขิดตะขวงใจแต่อย่างใดเลย อาชีพนี้น่าภูมิใจ ไม่แพ้อาชีพอื่นเลยจริงๆ นะ ที่สำคัญสำหรับคุณๆ ที่มีลูกน้อยแล้ว จะมีอะไรดีไปกว่า การได้อยู่เฝ้าดูการเจริญเติบโตของ ลูกน้อยของเรา จริงไหมคะ?





XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

ระวัง !!!!

“ กบ ”

ข้ามถนน...



กระป๋องใส่กบถูกฝังไว้แบบนี้ ที่ระยะห่างทุกๆ 20 เมตร

กลางเดือนมีนาคมอากาศในประเทศเยอรมนีเริ่มอบอุ่นเล็กน้อย มีฝนตกประปราย เป็นสภาพอากาศที่เหมาะสมสำหรับกบและคางคก ที่จะเริ่มออกจากรู หลังจากที่อยู่ตลอดฤดูหนาว สมาคมอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและธรรมชาติ (NABU – Naturschutzbund) ได้แถลงข่าวและขอร้องให้ผู้ไร้รถใช้ถนนในเขตที่มีรั้วแผ่นผ้าใบสีเขียวเตี้ยๆ ขอให้ขับรถช้าๆ เพื่อที่จะไม่ทำให้เกิดอันตรายต่ออาสาสมัครที่เดินเก็บกบข้างถนน อีกทั้งในเขตที่ไม่มีรั้วผ้าใบหรือในย่านที่อยู่ใกล้ลำธาร ขอให้ขับรถช้าๆ และโปรดระวัง “กบ” ข้ามถนนด้วย เนื่องจากว่า เมื่อฝนตกและอากาศเริ่มชื้น กบและคางคกซึ่งชอบพื้นดินเฉอะแฉะ จะออกมาหากินและวางไข่ ตามลำธาร บึง และในที่ที่มีแหล่งน้ำซึ่งเราจะเห็นไข่กบลอยเป็นเมือกเลย ค่ะ เมื่อเวลาล่วงเลยไปไม่กี่สัปดาห์ ลูกอ๊อดก็จะแหวกว่ายน้ำเล่น มีหางเหมือนปลา เมื่อหางหลุด ก็หมดสภาพเป็นปลา กระโดดขึ้นบนบก เดินทางกลับสู่เหย้า เข้าวัฏจักรชีวิตของกบ

อาสาสมัครเก็บกบไปไหนหรือ?

ช่วงเช้าตรู่และตอนพลบค่ำ จะมีอาสาสมัครของ NABU ผลัดเปลี่ยนกันมาเก็บกบใส่กระป๋อง แล้วพา “กบ” ข้ามถนน ข้ามแล้วก็ข้ามไปเลย เหมือนกับว่ากบและคางคกเดินทางสู่เหย้าจริงๆ หากจะข้ามกลับเองอีกหน อาจจะถูกรถทับตายก็ได้ จะว่าไปแล้ว “กบไทย” เก่งกว่ากบเยอรมันตั้งเยอะ ดิฉันไม่ยังเคยเห็น “กบไทย” ถูกรถทับตาย คิดเอาเองว่า กบไทยข้ามถนนเก่งจังเลย แต่เพื่อนของดิฉันแย้งอย่างพิสดารว่า “กบไทยไม่มีโอกาสข้ามถนน เพราะว่าถูกจับลงหม้อแกง” โถ...น่าสงสาร



Lena "die Sensation des Jahres"

โดย JayJay

"And 12 Points go to.....Germany!!!"

นี่เป็นเสียงที่คนเยอรมันอยากได้ยินมากที่สุดในการแข่งขันร้องเพลงในภาคพื้นยุโรป (Eurovision Song Contest) ณ กรุงออสโล ประเทศนอร์เวย์ เมื่อวันที่ 29 พฤษภาคม ที่ผ่านมา และสาวน้อยหน้าใส เลน่า ไมเยอร์-ลันด์รูท (Lena Meyer-Landrut) เจ้าของฉายาโบว์ท้าวแทนประเทศเยอรมนี ก็ไม่ทำให้พี่น้องร่วมชาติผิดหวัง สามารถนำชัยชนะมาสู่เยอรมนีอีกครั้ง นับเป็นชัยชนะครั้งแรกในรอบ 28 ปีเลยทีเดียว

ตั้งแต่มีการแข่งขันยูโรวิชันครั้งแรกเมื่อปี 1956 ที่เมืองลูกาโน ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ประเทศเยอรมนีชนะได้อันดับที่ 1 เพียงครั้งเดียว คือในปี 1982 ในช่วงเวลาสิบปีที่ผ่านมา อันดับที่ดีที่สุดของเยอรมนีในการแข่งขัน คืออันดับที่ 5 ในปี 2000 ซึ่ง Stefan Raab เป็นตัวแทนไปแข่ง และอันดับที่ 8 ในปี 2004 โดยตัวแทนประเทศซึ่งเป็นคนเลือกสรรมา หลังจากนั้นเยอรมนีก็ไม่เคยได้ลำดับที่เลขตัวเดียวอีกเลย โดยเฉพาะในช่วง 4-5 ปีก่อนหน้านี้ยังตกต่ำสุดขีดได้อันดับสุดท้ายและรองสุดท้ายมาแล้ว เป็นเหตุให้ต้องร่วมมือกันหาทางออก เรียกได้ว่าการสรรหาตัวแทนประเทศในปี 2010 นี้ แทบจะกลายเป็นวาระแห่งชาติกันเลยทีเดียว ผู้คนในวงการเพลงและวงการโทรทัศน์ให้ความสนใจกันเป็นอย่างมาก โดยสุดท้าย Raab เจ้าของและพิธีกรรายการ TV Total จับมือร่วมกับสถานีโทรทัศน์ ARD ลูกขึ้นมาจัดการประกวดร้องเพลงเพื่อหาตัวแทนประเทศไปประกวดร้องเพลงรายการยูโรวิชันฯ ด้วยความหวังที่จะได้รับชัยชนะ เพราะว่าตัวเขาเองและคนที่เขาเคยส่งเข้าประกวดต่างก็ประสบความสำเร็จด้วยกันทั้งนั้น

หลังจากผ่านการคัดเลือกรอบแล้วรอบเล่า ในที่สุดเยอรมนีก็ได้เลน่า สาวน้อยในวัยเพียง 18 ปีเป็นตัวแทนประเทศ ประวัติของเลน่านั้นน่าสนใจมาก เธอเป็นหลานอดีตทูตเยอรมัน อยู่กับแม่เพียงสองคนในเมืองเล็กๆ ใกล้ฮันโนเวอร์ และเพิ่งสำเร็จอาบีทัวร์ (Abitur) เคยเรียนบัลเล่ต์และการเต้นแจ๊ส หลังจากนั้นก็เบนเข็มมาเต้นในแนวฮิปฮอป นอกจากนั้นเธอยังสามารถแต่งเพลงเองได้อีกด้วย หลังจากที่ชนะในการเป็นตัวแทนประเทศไม่นานก็มีการเปิดตัวเพลง "The Last of Us" ในการแข่งขันยูโรวิชันฯ เพลงนี้ก็ขึ้นอันดับหนึ่งทันทีในทุกชาร์ตเพลง เนื่องจากมีกระแสตอบรับที่ดีมาจากเพลงแซทเทอร์ไรท์ ทำให้ความหวังที่จะชนะในการแข่งขันปีนี้มีมากยิ่งขึ้น เมื่อเลน่าเดินทางไปถึงสถานที่แข่งขันที่กรุงออสโล ประเทศนอร์เวย์ ก็ได้

เดินสายโปรโมตด้วยการให้สัมภาษณ์กับสื่อมวลชน เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทีมงานในออสโลจัดขึ้น การซ้อมในแต่ละตั้งก็ถูกจับตามองเรียกได้ว่าได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก เลน่าขึ้นแป้นตัวเก็งที่มีสิทธิ์จะชนะการแข่งขันในครั้งนี้เลยทีเดียว

หลายคนอาจสงสัยว่าเธอคนนี้มีดีอะไรถึงสามารถชนะใจคนกว่า 130 ล้านคนที่เฝ้าติดตามรายการนี้ สิ่งหนึ่งที่ปฏิเสธไม่ได้เลยนั่นก็คือเพลงแซทเทอร์ไรท์ ด้วยดนตรีและจังหวะกลองที่โดดเด่นมาก และค่อนข้างแปลกไปกว่าเพลงป๊อปทั่วๆ ไป ฟังแล้วรู้สึกสนุกเพลิดเพลินกว่าเพลงของชาติอื่นๆ ประกอบกับเสียงร้องที่ไม่เหมือนใคร แม้จะออกเสียงสำเนียงภาษาอังกฤษแปร่งๆ ไปบ้าง แต่ก็ร้องออกมาอย่างง่ายและไม่จำเป็นต้องโชว์พลังเสียงกระฉกแตก นับว่าเป็นเพลงที่เข้ากับเสียงของเลน่าได้ดีมาก อีกทั้งเลน่ามีท่าเต้นที่เป็นเอกลักษณ์ของตัวเอง รู้สึกอย่างไรก็เต้นไปตามนั้น การเคลื่อนไหวต่างๆ เป็นไปอย่างธรรมชาติ ไม่ได้มีการซ้อมท่าเต้นให้ตรงตามสเต็ปก็เป็นทีที่แปลกหูแปลกตาชนชาติอื่นๆ ประกอบกับการแสดงบนเวทีที่มีเพียงนักร้องคอรัสสามคนทางด้านหลังเท่านั้น ทำให้เลน่าเป็นจุดสนใจหนึ่งเดียวบนเวที ทุกสายตาจับจ้องมาที่การร้องและการเต้นของเธอ ทั้งหมดทั้งมวลนี้เองที่ทำให้เลน่าสามารถคว้าชัยชนะได้เป็นครั้งที่สองในประวัติศาสตร์ เมื่อเดินทางกลับมา ก็เกิดกระแสเลน่าฟีเวอร์ ผู้คนเฝ้าติดตามความเคลื่อนไหวของเธอทุกฝีก้าว ยิ่งไปกว่านั้นเพลงแซทเทอร์ไรท์ยังได้รับการตอบรับเป็นอย่างดีในชาร์ตเพลงของหลายๆ ประเทศในยุโรป นับว่าเลน่าประสบความสำเร็จเป็นอย่างมาก เชื่อเหลือเกินว่าเพลง แซทเทอร์ไรท์ และชื่อเลน่า จะวนกลับมาให้เราได้ยินและได้ฟังกันอีกบ่อยๆ ในช่วงการแข่งขันยูโรวิชันฯ ของทุกปี ซึ่งก็เหมือนกับเนื้อเพลงแซทเทอร์ไรท์ ที่เลน่าร้องว่าความรักของเธอก็เหมือนกับดาวเทียม ที่จะหมุนรอบตัวเราไปตลอดเวลา

ค่าเลี้ยงดู อำนาจปกครองบุตร และ สิทธิการขอความช่วยเหลือจากรัฐ



ภรรยาไทยหลายคนที่มีลูกกับสามีเยอรมัน เมื่อหย่าขาดหรือแยกทางกันอยู่กับสามี อาจจำเป็นต้องต่อสู้กับปัญหาหลายๆ อย่าง มากกว่าภรรยาไทยที่ไม่มีลูกด้วยกันกับสามี ไม่ว่าจะเป็นคู่ที่แต่งงานจดทะเบียนสมรสกัน ตามกฎหมาย ที่เรียกว่า สามี - ภรรยา หรือคู่ที่ไม่ได้จดทะเบียนแต่งงานกัน ตามกฎหมายแต่อยู่กันด้วยกันหลายปี ซึ่งเรียกว่า คู่ชีวิตหรือคู่ร่วมทุกข์ร่วมสุข (Lebensgefährte/ in) สำหรับคู่ที่คบกันประเดี๋ยวประด๋าวตามทิศทางลม เขาก็อาจเรียกว่า คู่รักหรือกิ๊ก หรืออาจมีคำอื่น ๆ อีกมากมายที่ผู้เขียนยังนึกไม่ออกตอนนี้

ในกรณีที่มีลูกด้วยกันหากมีเหตุต้องเลิกรา หน่วยงานรัฐที่รับผิดชอบเกี่ยวกับเด็กและเยาวชน ทั้งผู้ที่เป็นพ่อและแม่จำเป็นต้องพยายามพูดคุยและตกลงกัน เรื่องลูกให้ได้ผลลัพธ์ที่ออกมาเป็นประโยชน์กับลูกให้มากที่สุด ไม่ว่าจะสาเหตุของการเลิกรากันจะรุนแรงขนาดไหน และจะหมิ่นชู้หน้ากันขนาดไหนก็ตาม ผู้เขียนเข้าใจค่ะ ที่หลายๆ คนบอกว่า “พูดนะมันง่าย แต่ทำนะยาก” หากท่านว่าความทำในสิ่งที่อาจส่งผลเสียถึงลูก ไม่ว่าจะในด้านความรู้สึก เช่น ด่าพ่อให้ลูกฟังทุกวัน หรือด้านสิทธิ เช่น ห้ามไม่ให้พ่อติดต่อกับลูก ซึ่งทางกฎหมายถือว่าท่านละเมิดสิทธิของเด็ก เพราะเด็กมีสิทธิที่จะติดต่อพบปะกับพ่อของเขา เป็นต้น คุณอาจจะเสียเปรียบและเสียสิทธิหลายๆ อย่างที่ท่านควรจะได้รับ ทั้งนี้ทั้งนั้นควรหาข้อตกลงกันที่ทำให้ลูกได้รับประโยชน์สูงสุด และทั้งฝ่ายพ่อและแม่ได้รับประโยชน์พอกๆ กัน หรือใกล้เคียงกันมากที่สุด

เอาละตอนนี้เรามาดูเรื่องสิทธิต่างๆ ไปกันบ้างค่ะ ซึ่งอาจจะไม่ครอบคลุมในทุกกรณี และหากผู้เขียนมีโอกาสก็จะทยอยเขียนเจาะลึกของแต่ละเรื่องลงไปนะคะ หรือหากคุณผู้อ่านท่านใดมีความรู้หรือประสบการณ์ด้านกฎหมายเยอรมัน ก็เชิญเขียนเข้ามาเล่าสู่กันฟัง ถือเป็นแลกเปลี่ยนหรือแบ่งปันความรู้และประสบการณ์กันค่ะ

สิทธิการกำหนดที่อยู่ของบุตร (Wohnbestimmungsrecht) และสิทธิการเยี่ยมบุตร (Besuchsrecht)

ในเบื้องต้นสิ่งที่จะพ่วงกับแม่ต้องตกลงกันก็คือ ลูกจะอยู่กับใคร ซึ่งในส่วนนี้ก็ต้องหารือพิจารณาเรื่อง สิทธิการกำหนดที่อยู่ของบุตร (Wohnbestimmungsrecht) โดยทั่วไปฝ่ายที่ได้สิทธินี้จะได้ลูกไปอยู่ในความดูแล คือลูกจะไปอยู่บ้านของฝ่ายนั้นๆ เช่น หากแม่ได้สิทธินี้ ลูกก็จะไปอยู่กับแม่ ที่นี้การได้สิทธินี้มักจะเกี่ยวโยงไปถึงสิทธิอีกประการหนึ่ง นั่นคือ สิทธิในการเยี่ยมลูกของอีกฝ่ายหนึ่งที่ไม่ได้ลูกไปอยู่ด้วย เรยกตัวอย่างให้ลูกไปอยู่กับแม่ แต่เด็กมีสิทธิที่จะพบพ่อของเขา และพ่อก็มีสิทธิเยี่ยมลูกของเขา นั่นคือตามตัวบทกฎหมาย พ่อเขามีสิทธิเยี่ยมลูก ซึ่งก็คือ Besuchsrecht นั่นเอง และหากว่าฝ่ายที่ได้สิทธิในการกำหนดที่อยู่ของบุตร ไม่ยินยอมให้อีกฝ่ายเยี่ยมบุตรก็อาจจะเสียสิทธิการกำหนดที่อยู่ของบุตร

ค่าเลี้ยงดู (Unterhalt)

ภรรยาที่แยกทางกันกับสามีและ ต้องรับภาระเลี้ยงดูกับบุตรแต่เพียงผู้เดียวนั้น หากสามีไม่ยอมจ่ายค่าเลี้ยงดู ภรรยาที่มีสิทธิที่จะเรียกร้องขอค่าเลี้ยงดูสำหรับบุตร (Kindesunterhalt) และค่าเลี้ยงดูของตน (Unterhalt) จากฝ่ายสามีได้ เว้นแต่ว่าภรรยาเคยเซ็นยินยอมในหนังสือสัญญาคู่สมรส



(Ehevertrag) ว่าไม่ขอเรียกร้องสิทธิ์ใดๆ กรณีนี้จะฟ้องเรียกค่าเลี้ยงดูไม่ได้ หรือหากฟ้องได้ก็ด้วยเหตุผลที่ว่า เป็นสัญญาที่ไม่เป็นธรรม (rechtswidriger Vertrag) ซึ่งก็ไม่ใช่เรื่องง่ายเลยในการดำเนินการฟ้องร้องเรียกค่าเลี้ยงดู ขึ้นอยู่กับเนื้อหาสาระในสัญญาและส่วนประกอบอื่นๆ

สำหรับคู่ที่ไม่ได้แต่งงานกัน มารดามีสิทธิฟ้องเรียกค่าเลี้ยงดูสำหรับบุตร (Kindesunterhalt) ได้ แต่มารดาจะไม่มีสิทธิเรียกร้องค่าเลี้ยงดูของตน เว้นแต่ว่าบิดาและมารดาของเด็กได้ทำสัญญาตกลงจ่ายค่าครองชีพให้แก่มารดาของเด็กไว้ และสัญญานี้จะต้องทำที่หน้าความที่มีอำนาจทำเอกสารสิทธิ์ต่างๆ เท่านั้น ซึ่งจะมีชื่อเฉพาะ เรียกว่าโนตารี (Notar) ถึงจะมีผลใช้บังคับทางกฎหมายได้ อย่าทำกันเองระหว่างสองคนนะคะ



อัตราค่าเลี้ยงดูสำหรับบุตรนั้นถูกระบุไว้ตามตารางที่กฎหมายได้กำหนดไว้ Düsseldorftablette ซึ่งจะวัดจากรายได้ของฝ่ายสามี นั่นก็หมายความว่า ยิ่งฝ่ายสามี/ บิดาของเด็กมีรายได้สูงเท่าใด ค่าเลี้ยงดูก็จะยิ่งมากเท่านั้น หากทางฝ่ายสามี/ พ่อของเด็กนั้นไม่ยินยอมที่จะจ่ายค่าเลี้ยงดูตามหน้าที่และมารดาของเด็กได้ฟ้องขอให้ศาลสั่ง

แม้ว่าบิดาของเด็กจะไม่มีรายได้ก็ตาม ก็ต้องจ่ายค่าเลี้ยงดูตามหน้าที่เช่นกัน เพียงแต่อาจจะถูกยกเว้นไว้ระยะเวลาชั่วคราว จนกว่าจะมีรายได้เลี้ยงชีพ ซึ่งทางฝ่ายบิดาของเด็กนั้นต้องเอาหลักฐานมาแสดงกับทางหน่วยงานรัฐที่รับผิดชอบเรื่องนี้ เพื่อจะยืนยันได้ว่า ตนไม่มีรายได้เลยและได้พยายามทุกวิถีทางที่จะหารายได้ของตนหรือตนมีรายได้น้อยซึ่งเพียงพอเฉพาะเลี้ยงชีพตนเองเท่านั้น ในกรณีนี้ทางฝ่ายมารดาของเด็กอาจยื่นคำร้องขอเงินท่ตรงค่าเลี้ยงดูบุตร (Unterhaltvorschuss) จากสำนักงานเยาวชน (Jugendamt) แผนกจ่ายเงินท่ตรงค่าเลี้ยงดูบุตร (Unterhaltvorschusskasse) ได้ ทางหน่วยงานนี้ก็จะจ่ายเงินท่ตรงค่าเลี้ยงดูบุตร ให้แก่มารดาของเด็กที่มายื่นคำร้องขอเงินช่วยเหลือส่วนนี้ไว้

เงินช่วยเหลือจากศูนย์จัดหางาน (Job Center)

ในกรณีที่มารดาไม่มีสิทธิได้ค่าเลี้ยงดูสำหรับตนเอง ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดก็ตาม แต่ได้เฉพาะค่าเลี้ยงดูสำหรับบุตรเท่านั้นและไม่มีรายได้เลี้ยงชีพเลย สามารถไปขอเงินช่วยเหลือเพื่อเลี้ยงชีพขั้นพื้นฐานตามที่กฎหมาย



กำหนดได้ที่ ศูนย์จัดหางาน Job Center ซึ่งเป็นเงินช่วยเหลือจากรัฐบาลสำหรับคนที่ไม่มีงานทำ, คนตกงานหรือคนมีงานทำแต่รายได้ไม่พอเลี้ยงชีพ นอกจากนี้จะให้เงินช่วยเหลือเพื่อเลี้ยงชีพขั้นพื้นฐาน ALG II หรือ Harz VI แล้ว หน่วยงานนี้ยังสนับสนุนให้คนตกงานเหล่านี้มีโอกาสได้เพิ่มศักยภาพของตนเพื่อที่สามารถจะแข่งขันกับผู้อื่นในตลาดแรงงานได้ เช่น จ่ายค่าเรียนวิชาชีพที่ตนเองอยากจะทำ หรือจ่ายค่าเรียนต่อคอร์สวิชาชีพระยะสั้น เพื่อจะเปลี่ยนอาชีพจากเดิมที่ตนเองเคยทำมา และเพื่อให้ตรงกับที่ตลาดแรงงานต้องการ เป็นต้น

อำนาจปกครองบุตร (Sorgerecht)

หญิงไทยที่แต่งงานกับชายที่ถือสัญชาติเยอรมันและมีบุตรด้วยกัน บุตรที่เกิดมามีสิทธิถือสัญชาติได้สองสัญชาติ กล่าวคือ สัญชาติไทยและสัญชาติเยอรมัน ซึ่งบิดามารดามีสิทธิปกครองบุตรร่วมกันโดยทางกฎหมาย (gemeinsames Sorgerecht)

ส่วนหญิงไทยที่ไม่ได้แต่งงานกับชายที่ถือสัญชาติเยอรมันและมีบุตรด้วยกัน บุตรที่เกิดมามีสิทธิถือสัญชาติได้สองสัญชาติเช่นกัน กล่าวคือ สัญชาติไทย และสัญชาติเยอรมัน แต่มารดาจะมีสิทธิปกครองบุตรแต่เพียงผู้เดียว (alleiniges Sorgerecht) เว้นแต่มารดาจะเซ็นยินยอมให้บิดาของเด็กมีสิทธิปกครองบุตรร่วมกับตน ตอนไปทำหนังสือรับรองบุตร (Vaterschaftsanerkennung)

ทำไมจึงจำเป็นต้องทำหนังสือรับรองบุตร? เพราะว่าเป็นเอกสารสำคัญที่สุด ที่จะนำไปประกอบการฟ้องร้องขอค่าเลี้ยงดูจากบิดาของเด็ก หากคุณไม่มีเอกสารสำคัญฉบับนี้ ก็จะเป็นเรื่องยากที่จะฟ้องเอาค่าเลี้ยงดูสำหรับบุตร หรือจะใช้สิทธิ์ตามกฎหมายที่ตนและบุตรมีได้

สิทธิการเรียกร้องขอความช่วยเหลือจากรัฐ

หากฝ่ายสามีหรือบิดาของเด็กนั้นไม่จ่ายเงินค่าเลี้ยงดู ทางฝ่ายมารดาก็สามารถไปยื่นขอค่าเลี้ยงดูสำหรับบุตรจากหน่วยงานรัฐบาลที่เรียกว่า Unterhaltsvorschusskasse ได้ ซึ่งเป็นเงินจ่ายตรงค่าเลี้ยงดูตามกฎหมายเงินทดลอง(คล้ายกับว่าสำรองจ่ายไปก่อน) สำหรับค่าเลี้ยงดูนี้ รัฐบาลจะจ่ายให้มารดาของเด็กไปก่อน และอาจจะไปเรียกร้องเงินจำนวนที่สำรองจ่ายไปคืนจากพ่อของเด็กภายหลังได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับรายได้ของพ่อของเด็ก

ค่าใช้จ่ายในการดำเนินการเพื่อสิทธิของตนทางกฎหมาย

ค่าใช้จ่ายในการดำเนินการเพื่อร้องเรียนสิทธิของตนทางกฎหมายนั้นสามารถจ่ายเองได้ หรือโดยฝ่ายสามีในกรอบของค่าเลี้ยงดู ก็ได้ หรือหากภรรยาไม่มีรายได้เลยก็สามารถยื่นเรื่องขอความช่วยเหลือจากศาล (Amtgericht) ให้ช่วยจ่ายค่าดำเนินการคดีความเรื่องฟ้องขอค่าเลี้ยงดู เช่น ค่าทนายความ ค่าธรรมเนียมศาล เป็นต้น

หนังสือรับรองยืนยันว่าศาลจะช่วยเหลือค่าใช้จ่ายฯ จะแบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ หนังสือรับรองการช่วยเหลือในค่าใช้จ่ายในการขอคำปรึกษาจากทนาย (Beratungsberechtigungsschein) ผู้จะไปขอคำปรึกษาจากทนายต้องนำหนังสือรับรองนี้ไปให้ทนายความ แทนการจ่ายเป็นเงินค่าขอคำปรึกษาทางกฎหมาย และหนังสือรับรองประเภทที่ ๒ คือ หนังสือรับรองการช่วยเหลือค่าใช้จ่ายในการดำเนินคดีความ (Prozesskostenhilfe) หนังสือรับรองประเภทนี้จะใช้ก็ต่อเมื่อถึงขั้นฟ้องร้องต่อศาลขอค่าเลี้ยงดู หรือฟ้องร้องเพื่อสิทธิอื่นๆ ที่ตนมีตามกฎหมาย

ข้อควรรู้



แต่มารดาทุกคนก็อย่าลืมว่า ทางฝ่ายบิดาของเด็กเขาก็มีสิทธิเช่นเดียวกับเราเหมือนกันนะคะ ซึ่งหากทางฝ่ายหญิงมีรายได้มาก แต่ฝ่ายชายไม่มีรายได้เลย เขาก็สามารถใช้สิทธิของเขาได้เหมือนฝ่ายหญิงเช่นกัน

หากตกลงกันเองเรื่องการเยี่ยมบุตรหรืออื่นๆ ที่เกี่ยวกับบุตรไม่ได้ ก็ให้เข้าหาหน่วยงานที่รับผิดชอบ เช่น สำนักงานเยาวชน (Jugendamt) ตกลงเกี่ยวกับการเยี่ยมบุตร (Besuchsregelung) หรือ แผนกจ่ายเงินทดลองค่าเลี้ยงดูบุตร (Unterhaltsvorschusskasse) เกี่ยวกับค่าเลี้ยงดูบุตร ซึ่งไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ หรือติดต่อขอปรึกษาสำนักงานทนายความที่ชานาญด้านกฎหมายครอบครัวซึ่งมีค่าใช้จ่ายในการขอคำปรึกษา แต่หากว่าคุณไม่มีรายได้เลี้ยงชีพ หรือมีรายได้น้อย เช่น ได้รับเงินช่วยเหลือจากรัฐบาล เป็นต้น คุณก็สามารถขอความช่วยเหลือได้จากศาลตามที่กล่าวมาแล้ว แต่หากมีอุปสรรคด้านคิดอะไรไม่ออกหรือภาษาเยอรมันก็ยังไม่ชานาญ ผู้เขียนขอแนะนำให้ไปขอคำปรึกษาจากองค์กรที่รับให้คำปรึกษาฟรีแก่หญิงไทย

ขอเชิญชวนผู้อ่านร่วมส่งบทความแนะนำการทำอาหารในคอลัมน์ “ครัวไทยในต่างแดน”

ส่งบทความไปที่ aunchun@d-magazine.de หรือทวิตเตอร์ @aunchun

Hausordnung

กฎระเบียบสำหรับการอยู่ร่วมกันระหว่างเพื่อนบ้าน (เช่า)

ฉบับนี้เป็นการริเริ่มความริเริ่ม น้อยๆ เกี่ยวกับกฎระเบียบสำหรับการอยู่ร่วมกันระหว่างเพื่อนบ้านมาฝาก ข้อมูลนี้อาจจะไม่ครอบคลุมกฎ
รัฐของเยอรมนีแต่ก็เป็นกฎระเบียบที่ในสัญญาเช่าในเยอรมนีส่วนใหญ่ อาจจะมีบางข้อที่เจ้าของตึก เจ้าของบ้านตึกกฎเกณฑ์ต่าง
ต่างออกไปบ้าง ฉะนั้นเวลาดูสัญญาเช่าฯ อย่าลืมดูกฎระเบียบของตึกหรือบ้านหลังนั้นที่ดูจะเข้าปาดอาศัยอยู่ด้วยนะ กฎระเบียบ
เหล่านี้ตั้งขึ้นมาเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติระหว่างเพื่อนบ้าน กล่าวคือเพื่อนบ้านที่อยู่ภายใต้ชายตึกเดียวกันต้องมีความเกรงใจซึ่ง
กันและกัน กฎระเบียบเหล่านี้หลายท่านอาจเคยได้ยิน หรือเคยได้สัมผัสมาแล้ว เช่น.....



กลิ่นเหม็นรบกวน เพื่อนบ้าน

Geruchsbelästigung

กฎข้อนี้แม้จะไม่ค่อยได้เห็นบ่อยนักในกฎระเบียบที่แนบมา
ในสัญญาเช่าบ้านก็ตาม แต่มีกฎหมายข้อนี้อยู่ค่ะ ทำอาหารย่าง
ทอดเผา หรือจะเป็นแบบไหนก็ตาม หากไม่ส่งกลิ่นเหม็นตลบอบอวล
เกินไปก็ไม่น่าจะมีปัญหา เรื่องทำอาหารเป็นเรื่องหนึ่งที่กลุ่มคนไทย
หลายคนเคยเจอและมาเล่าให้ฟังว่า เพื่อนบ้านเคยมาเคาะประตูและ
ต่อว่า “คุณทำอะไรนะ ส่งกลิ่นเหม็นคลุ้งไปถึงบ้านฉัน จนฉันทนกับ
กลิ่นเหม็นนี้ไม่ได้แล้วนะ” คนเล่า เล่าแบบหัวเสียต่อไปว่า “หนูไม่
เคยจะทำเสียงดังในบ้านเลย ก็แค่ต้วน้ำหรือต้มปลาร้าที่หนูชอบ
เท่านั้นนะ” ก็เอาใจเขามาใส่ใจเราด้วยนะคะ

สำหรับเด็ก

Kinder

เด็กๆ สามารถเล่นในบ้านได้ หากเป็นการเล่นเพื่อส่งเสริม
พัฒนาการของเขา แต่ก็ต้องไม่ส่งเสียงดังเกินไปกว่าที่ทุกคนจะรับ
ได้ แต่ก็มีข้อห้ามไม่อนุญาตให้เด็กๆ ไปเล่นที่ห้องใต้ดิน (Keller)
ห้องเก็บของ, โรงรถ (Tiefgarage) หรือสถานที่ที่เจ้าของตึกจัดไว้
ให้ผู้เช่าใช้ร่วมกัน (Gemeinschaftseinrichtungen) เช่น ห้องซักผ้า
ตากผ้า เป็นต้น

เด็กๆ สามารถเล่นบริเวณสนามหญ้า (Wiese) ของตึกนั้นๆ
สนามเด็กเล่น (Spielplatz) ที่ถูกจัดไว้สำหรับผู้เช่าตึกนั้นๆ หรือสำหรับ
ตึกใกล้เคียง หรือสถานที่ที่ถูกจัดไว้ให้ผู้เช่าพบปะ นั่งคุยกัน ซึ่งส่วน
ใหญ่จะเป็นบริเวณว่างๆ โลงๆ อยู่ใจกลางตึก (ที่อาจสร้างเป็นวงกลม
หรือสี่เหลี่ยมรอบเข้าหากัน) ซึ่งเรียกว่าโฮฟ (Hof) เด็กๆ มีของเล่น
ไปเล่นด้วย หากเล่นเสร็จผู้ปกครองก็ต้องคอยดูแลให้บุตรหลานของ
ตนเก็บของเล่นให้เรียบร้อย และช่วยดูแลเรื่องการรักษาความสะอาด
ของสถานที่เหล่านี้ด้วย เช่น ไม่ทิ้งขยะไว้เรี่ยราด เป็นต้น

สัตว์เลี้ยง เจ้าของตึกบางแห่งก็อนุญาต แต่บางแห่งก็ไม่
อนุญาตให้เลี้ยงสัตว์ในบ้าน แต่ที่แน่ๆ ไม่อนุญาตให้นำสุนัขไปเล่น
ในสนามเด็กเล่น

เสียงดังรบกวนเพื่อนบ้าน

Lärmelästigung

หากเปิดวิทยุ สเตอริโอ ซีดี วีดีโอ ทีวี ต้องเปิดเสียงดังพอ
ประมาณ ไม่ให้ดังเล็ดลอดออกไปนอกบ้านเช่าของคุณ หากเสียง
ดังไปจนถึงเพื่อนบ้าน แต่เพื่อนบ้านไม่ว่ากล่าวอะไรก็คงไม่มีปัญหา
อะไร แต่เพื่อนบ้านก็มีสิทธิมาเคาะบ้านคุณ เพื่อขอให้ลดเสียงลงได้
หากคุณไม่ยอมลดเสียงลง เพื่อนบ้านของคุณก็มีสิทธิโทรแจ้งตำรวจ
ได้ว่าคุณส่งเสียงรบกวนก่อความรำคาญแก่เขา

พักผ่อน (Ruhezeit) กำหนดไว้เพื่อให้ทุก
คนที่อยู่บ้านได้รับความสงบและสามารถพักผ่อนได้เต็มที่ ซึ่งวัน
หนึ่งก็จะมีหลายช่วงคือ เวลาช่วงบ่ายต้นๆ หลังอาหารกลางวัน
(Mittagsruhe) ตั้งแต่ 13.00 - 15.00 น. และช่วงกลางคืน (Nachtruhe)
ตั้งแต่ 22.00 - 6.00 น. เล่น/ ฟีกดนตรี ในช่วงเวลาดังกล่าว
(13.00 - 15.00 น. และ 22.00 - 8.00 น.) ห้ามเล่นเครื่องดนตรีทุก
ชนิดและหากเป็นเวลานอกเหนือจากเวลานี้สามารถเล่นดนตรีได้ แต่
ก็ไม่เกิน 2 ชั่วโมง

การจัดงานสังสรรค์ (Feier) ควรแจ้งให้เพื่อนบ้านได้รู้ล่วงหน้า
ส่วนใหญ่ว่าเคยเห็นมาในแต่ละตึกจะมีบอร์ดี (กระดาน) ข่าวสาร
ที่เจ้าของตึกแขวนไว้สำหรับผู้เช่า คุณก็เอาข่าวสารของคุณไปแปะ
ติดแสดงไว้ที่บอร์ดีว่า คุณจะจัดงานสังสรรค์อะไร เมื่อไร เวลาไหน

**„aus: Elternbrief Nr. 18,
hrsg. vom Arbeitskreis
Neue Erziehung e.V.,
Berlin. Mehr über die
Elternbriefe erfahren
Sie unter: Arbeitskreis
Neue Erziehung e.V.
Elternbriefe/Schule,
Hasenheide 54,
10967 Berlin
Tel.: 030-25 90 06 - 42,
Fax: 030-25 90 06 - 50
lierow@ane.de,
www.ane.de,
www.a4k.de**

Papa wohnt nicht mehr bei uns.....

Vor drei Wochen ist Marias Vater ausgezogen. Ihre Mutter ist noch sehr verletzt. Gut, dass er weg ist. Endlich Schluss mit den ewigen Zankereien, denkt sie. Zu Marie aber sagt sie: "Dein Vater und ich haben uns dauernd gestritten. Deswegen ist es besser, wenn wir jetzt nicht mehr zusammenwohnen." Marias Mutter versucht gegenüber ihrer Tochter möglichst sachlich über die Trennung und den abwesenden Vater zu sprechen. Das fällt ihr nicht immer leicht. Aber sie weiß: Ein Kind bezieht alles Schlechte, das Papa und Mama einander nachsagen, auf sich selbst. Jeder kleine Junge und jedes kleine Mädchen fühlt sich immer beiden Eltern zugehörig und verbunden. Und wenn die eine Hälfte schlecht gemacht wird, fühlt das Kind sich auch schlecht. Selbst seine Traurigkeit über den verlorenen Elternteil wagt es dann nicht zu zeigen.

Einige Tipps zum Besuchstag:

- Treffen Sie klare Abmachungen, und schreiben Sie auf, was Sie miteinander vereinbaren: Wer holt das Kind ab? Wie lange bleibt es? Wie kommt es zurück?
- Reden Sie ein paar Worte miteinander, wenn der Vater das Kind abholt. So spürt Ihr Kind, dass Sie einverstanden sind und es jetzt gehen darf, ohne dass Mama deswegen traurig oder wütend ist.
- Wenn die beiden dann wieder vor der Tür stehen, empfangen Sie Ihr Kind mit offenen Armen. Teilen Sie seine Freude über all die schönen Erlebnisse bei Papa – und verkneifen Sie sich giftige Bemerkungen. Widerstehen Sie der Versuchung, Ihr Kind auszuhorchen.
- Verabreden Sie sich mit dem Vater Ihres Kindes: Gespräche über die Entwicklung des Kindes, seine Sorgen und Nöte halten Verantwortungsgefühle wach. Mutter und Vater bleiben Sie schließlich auch, wenn Sie als Frau und Mann nicht mehr klar kommen.
- Sagen Sie Ihrem Kind, was Sie vereinbart haben. Es muss wissen, woran es mit seinen Eltern ist. Und wo es zu Hause ist, darf es auch einmal wütend werden, ohne fürchten zu müssen, dass es nicht mehr wiederkommen oder nicht mehr bleiben darf.

Trennung!

Manchmal allerdings muss sie sich auch einmal Luft machen. Wenn Marie bei ihrem Vater ist, trifft sie sich mit einer Freundin im Café, um sich alles von der Seele zu reden. "Papa kommen!" Weinend liegt Jan auf dem Küchenfußboden. Dabei hat er den ganzen Nachmittag mit seinem Papa verbracht: Spielzeugladen, Eis, Zoo und die Currywurst zu guter Letzt. Jetzt ist er fix und fertig. Genau, der Papa soll kommen, denkt sich auch seine Mutter: zum Wäschewaschen, Knopfannähen, Staubsaugen und um den verdrehten, übermüdeten kleinen Unglücksraben da auf dem Boden zu beruhigen und ins Bett zu bringen.

Jans Mutter hasst den Besuchstag; wie man mit einem knapp Zweijährigen umgeht, davon hat der Vater wohl keine Ahnung. Alle zwei Wochen gibt es volles Programm für einen Nachmittag – sie empfindet das als Verwöhn-Attacke. Dabei ist es wohl nur die Unsicherheit des Besuchs-vaters und sein Bedürfnis, all das mit dem Kind nachzuholen, was während der Woche nicht geht.

Würden Jans Eltern den Besuchstag verlängern, könnte vielleicht ein Stück Alltag einkehren: Zu-Bett-bringen, die lästigen Nasentropfen, Trösten und Geschichten erzählen gehören dann auch dazu. Wenn Jan eine solche Beziehung zu seinem Vater hat, braucht er sich keinen Traumpapa mehr herbeizuwünschen. Und auch die Mutter hat öfter mal einen freien Abend.

Alleinerziehende

Wenn Sie Ihr Kind allein erziehen

"Neiein, will nicht!" brüllt Anna außer sich vor Zorn. Wildes Schluchzen, ein kleiner Fuß in Ringelsocken, der immer wieder aufstampft. Warum bloß? Ihre Mutter wollte ihr doch nur den zweiten Gummistiefel anziehen. Während sie versucht, ihren Ärger herunterzuschlucken, fliegt ihr der erste Gummistiefel ans Schienbein. Tränen schießen ihr in die Augen. "Was habe ich nur falsch gemacht?" Die Trennung von Kurt, der neue Job, zu wenig Zeit für Anna, bin ich zu ungeduldig, zu streng oder zu nachgiebig?

Kann alles sein, muss aber nicht. Mit ihren Zornausbrüchen zeigen Kinder etwas Gesundes: Sie beginnen, sich abzugrenzen. Trotz ist der Drang zur Selbstständigkeit und das Getöse, mit dem ein eigener Wille sich formt. Das allgegenwärtige "Nein!" trifft Mütter oder Väter, die ihre Kinder alleine großziehen, besonders hart. Diese "Zweierbeziehung" ist oft enger als die Bindungen in Familien zu dritt; Mutter (oder Vater) und Kind sind stärker auf den harmonischen Einklang angewiesen, der jetzt auf dem Spiel zu stehen scheint. Gerade jetzt, wo es so schwer und so nötig ist, dem Kind eindeutige Grenzen zu setzen, fehlt ein entlastender Partner.

Wenn Annas Mutter müde von der Arbeit nach Hause kommt, ist sie sehr nachgiebig, was Anna natürlich längst gemerkt hat. Aber sie muss schließlich wissen, woran sie mit Mama ist und ob die Verbote von gestern noch gelten. Die ersehnten gemeinsamen Abendstunden sind daher oft von Wutanfällen überschattet. Wenn nicht gerade Krach ist, verstehen sich die beiden aber prima.

Zu erfahren, dass andere Eltern die gleichen Probleme mit ihren trotzigen Kindern haben, schützt gegen das Gefühl, völlig zu versagen – ein Gefühl, das alle Mütter und Väter irgendwann plagt. Erwachsene brauchen das Gespräch mit anderen Erwachsenen.

Dem Kind tun Kontakte zu anderen auch gut; Kinder lernen viel voneinander, wenn man sie in Ruhe lässt. In einer Spielgruppe regelt sich manches von selbst, was sonst wieder bei Mutter oder Vater hätte ausgefochten werden müssen.

Steel Pan / Steel Drum....

กลองกระทะ



นานมาแล้วเคยเห็นเจ้าเครื่องดนตรีชนิดนี้ในทีวี ก็นึกเอาเองว่า..เขาช่างเอาเหล็กมาดัดแปลงทำเป็นเครื่องดนตรีได้ดีจัง ไม่ได้สนใจความเป็นมาอะไรมากนัก แล้วก็ไม่ได้เห็นมานานแล้ว แต่เมื่อซัมเมอร์ที่ผ่านมาที่สวีตเซอร์แลนด์กลับได้เจอเจ้าเครื่องดนตรีนี้จริงๆ ถึงสองสามครั้ง ได้เห็นหน้าค่าตากันชัดๆ ได้สัมผัสผิวแข็งๆ เย็นๆ อย่างถึงใจ แถมเจ้ากลองกระทะ ยังถูกออกถูกใจคนตัวเล็ก ดูได้นาน ไม่ยอมไปไหน ถูกใจถึงขนาดขยับแข้ง ขยับขาตามจังหวะเพลงกระทะไปด้วย เลยไปเสียบๆ เคียงๆ สอบถามมือบรรเลงเพลงกระทะว่าเขาเรียกเครื่องดนตรีชนิดนี้ว่าอะไรกัน เจ้าเครื่องดนตรีชนิดนี้เรียกว่า *Steel Pan*



(สตีลแพน) แปลตรงๆ คงเรียกว่า *กระทะเหล็ก* แต่ขอเรียกแบบถนัดปากว่า *กลองกระทะ* เพราะหน้าตาเหมือนกระทะไม่ผิดเพี้ยนแต่ตีได้เหมือนกลอง (เปลอๆ อาจใช้เจียวไข่แทนกันได้เลยนะ) ผิดแต่ด้านในนั้นจะมีปุ่มปมมนๆ สูงต่ำต่างกันให้เสียงต่างกัน ที่ตีจะคล้ายๆ ไม้ตีกลองแต่สั้นกว่าและทำด้วยเหล็กเช่นกัน

จังหวะเพลงกระทะนั้นสนุกสนาน ไร่ใจ หรือถ้าจะเล่นให้ซึ้งก็ฟังแปลกหูแปลกอารมณ์ดี พอซึกเริ่มติดอกติดใจบทเพลงกระทะก็ต้องไปเสาะหาที่มาที่ไปว่าใครนะช่างคิด ช่างทำ จึงได้พบว่าต้นกำเนิดนั้นมาจากประเทศในทะเลแคริบเบียน

ประเทศตรินิแดด (Trinidad) ใช้ภาษาอังกฤษเป็นหลัก และประกอบอุตสาหกรรมเป็นส่วนใหญ่ และพื้นฐานเศรษฐกิจก็อยู่ในด้านปิโตรเลียมและปิโตรเคมี ประเทศนี้มีผู้ที่สืบเชื้อสายมาจากชาวอินเดียและชาวแอฟริกาจำนวนรวมกันถึงเกือบร้อยละ 80 ของจำนวนประชากร ส่วนที่เหลือเป็นเชื้อชาติผสม ชาวยุโรป จีน และชาวซีเรีย-

เลบานอน ตรินิแดดและโตเบโกมีชื่อเสียงในเรื่องงานคาร์นิวัลที่จัดก่อนฤดูถือศีลพรตของชาวคริสต์ (Lenten) เป็นถิ่นกำเนิดของดนตรีสตีลแพน (steelpan) และการเต้นลิมโบ เมืองหลวง (กรุงพอร์ต-ออฟ-สเปน- Port of Spain) เสนอตัวเป็นที่ตั้งสำนักงานเลขาธิการถาวรเขตการค้าเสรีอเมริกา (Free Trade Area of the Americas: FTAA-ALCA)

ผู้เขียนตั้งคำถามว่า...ทำไมตรินิแดดถึงเป็นถิ่นกำเนิดกลองกระทะ?...คำตอบที่ได้ ก็เกี่ยวข้องกับน้ำมันคะ ที่ประเทศนั้นมีอุตสาหกรรมน้ำมันเยอะ น้ำมันมักจะส่งกันมาเป็นถัง ๆ ถังเปล่า ๆ ที่ใช้แล้ว (คิดว่า) คนที่นั่นคงเอามาเคาะเล่นสนุก ๆ แล้วด้วยอารมณ์สุนทรีย์และโอเดียบรรเจิด เลยจัดแจงแปลงกายถึงน้ำมันเป็นกลองกระทะซะเลย...จากถังน้ำมันเปล่า ๆ จึงกลายมาเป็นกลองกระทะ.. เก๋มาก ๆ กลองกระทะดั้งเดิมทำจากถังน้ำมันแท้ ๆ และพบเป็นครั้งแรกในปี 1940 ในงานคาร์นิวัลที่ตรินิแดดนั่นแหละคะ

กลองกระทะนั้นได้ชื่อว่าเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นสนุกและผ่อนคลาย จึงจัดอยู่ในเส้นทางของเครื่องดนตรีเพื่อการบำบัด

ในสวีตเซอร์แลนด์ตามประวัติคร่าวๆ เขาว่ากลองกระทะเริ่มคืบคลานจากปากฝั่งอังกฤษข้ามพรมแดนเข้ามาในสวีตเซอร์แลนด์เมื่อปี1977 เริ่มเป็นที่รู้จักและนิยมเล่นแพร่หลายกันมาเรื่อยๆ ปัจจุบันในสวีตเซอร์แลนด์มีวงกลองกระทะมากกว่า 100 วง ออกจะฮิตเอาการนะคะ สำหรับประเทศเล็กๆ อย่างสวีตเซอร์แลนด์

ส่วนในเยอรมนีไม่ฮอตฮิตเท่าในสวีตเซอร์แลนด์ แต่ในปี 1999 ผู้เชี่ยวชาญเรื่องดนตรี Werner M. Weidensdorfer ได้จัดเครื่องดนตรีชนิดนี้ให้เป็นหนึ่งในเครื่องดนตรีสำหรับสอนผู้เริ่มเรียนดนตรี เริ่มตั้งแต่วัยอนุบาล และมีเล่นไปถึงวงคอนเสิร์ต และวงออเคสตรา



อ้อ..กลองกระทะที่เห็นๆ ในปัจจุบันนี้เขาไม่ได้ทำมาจากถังน้ำมันแล้วคะ เขาทำมาจากเหล็ก ส่วนที่ต้นกำเนิดประเทศตรินิแดดยังทำกลองกระทะจากถังน้ำมันหรือไม่.. ผู้เขียน ยังไม่ได้ไปพิสูจน์คะ

หมายเหตุ ขอบคุณข้อมูลบางส่วนจากวิกิพีเดีย



Meine Lieblingsorte in Thailand



Meine Lieblingsorte in Thailand liegen im Nordosten. Die Region wird als Isan bezeichnet und ist die am wenigsten touristische in Thailand. Der Isan hat einige kulturelle Besonderheiten, die ihn vom Rest des Landes unterscheiden. Da ist zum einen das Laotische, welches die meisten Bewohner des Isan als Muttersprache sprechen. Die Region ist stark landwirtschaftlich geprägt und die Küche unterscheidet sich von der des restlichen Thailands. Im Isan isst man noch ein wenig schärfer als anderswo. Also Vorsicht!

Für mich sind es diese Besonderheiten, die den Reiz ausmachen. Und natürlich hat meine Frau, die aus Sisaket stammt, mich dazu verleitet, den Isan ausgiebig zu bereisen. Zu den spannendsten Zielen im Isan zählt für mich z.B. Prasat Hin Pimai. Das ist eine 1000 Jahre alte Tempelanlage, die von den Khmer erbaut wurde. Die Anlage ist natürlich viel kleiner als Angkor, aber trotzdem sehr beeindruckend und dabei sogar älter. Eventuell hat Pimai sogar als Vorbild für die Architektur von Angkor gedient.

Ein weiteres meiner bevorzugten Ziele ist der Mekong. Am Mekong gibt es viele interessante Stellen und man kann dort hervorragend Fisch essen. Wir haben schon einige Reisen nach Khong Chiam unternommen. Dort mündet der Fluss Mun in den Mekong. Es ist der östlichste Punkt Thailands und Touristen sollten vor Sonnenaufgang aufstehen, um als erste die Sonne über Thailand zu begrüßen. Leider schafften wir das nicht jedesmal. Ebenfalls am Mekong liegt Nakhon Phanom. Dort waren wir plötzlich auf den Spuren eines Mannes, den wir nicht mit Thailand in Verbindung brachten. Wir fanden das Wohnhaus von Ho Chi Minh, der dort Ende der 20er Jahre für eineinhalb Jahre im Exil weilte. Im Haus gab es etliche Fotos und Erinnerungsstücke und es befindet sich immer noch im Besitz der Familie, die Ho Chi Minh bei sich aufnahm. Die können viele

spannende Geschichten über Onkel Ho erzählen.

Mein Lieblingsort ist natürlich Sisaket selbst. Etwas anderes zu behaupten würde mir meine Frau auch übel nehmen. Im Süden der Provinz liegt Khao Phra Viharn, eine alte Khmer- Tempelanlage. Diese wurde von der UNESCO im Jahr 2008 zum Weltkulturerbe erklärt. Die Tempelanlage liegt auf einem Berg in den



Dongrek-Bergen und ist in Terrassen angelegt. Sie wurde vermutlich vor über 1100 Jahren erbaut. Obwohl die Anlage weniger gut erhalten ist als die meisten in Angkor in Kambodscha, bekommt

man einen sehr guten Eindruck von ihrer einstigen Größe und Pracht. Wir konnten die Anlage bereits zweimal besuchen. Das ist leider nicht selbstverständlich, da die Anlage genau an der Grenze zwischen Thailand und Kambodscha liegt. Beide Staaten beanspruchen Khao Phra Viharn und trotz einer Entscheidung des internationalen Gerichtshofs, welcher 1962 zugunsten von Kambodscha entschied, gibt es immer wieder kleinere bewaffnete Grenzkonflikte. So ist die Tempelanlage, welche nur von thailändischer Seite aus betreten werden kann, leider häufig für Besucher gesperrt.

Das sind nur einige Beispiele für die vielen spannenden Orte im Isan. Am meisten lohnt sich eine Rundreise mit dem Mietwagen. Man sollte keine Scheu davor haben, dass der Isan nicht so touristisch erschlossen ist. Die Leute sind - wie überall in Thailand - überaus freundlich und helfen einem gerne weiter und außerdem sind die Sehenswürdigkeiten nicht so überlaufen wie anderswo. Der Isan ist ein toller Ort, das wahre Thailand kennenzulernen.

บุญที่ถูกลืม

“เป็นคนใจบุญ หรือเป็นคนทำบุญ”



“คุณนายแก้ว” เป็นเจ้าของโรงเรียนที่ชอบทำบุญมาก เป็นเจ้าภาพทอดผ้าป่าทอดกฐินอยู่เรื่อยๆ ใครมาบอกบุญสร้างโบสถ์วิหารที่ไหนไม่เคยปฏิเสธ เธอปลื้มปีติมากที่ถวายเงินนับแสนสร้างหอระฆังถวายวัดข้างโรงเรียน แต่เมื่อได้ทราบว่ามีนักเรียนคนหนึ่งไม่มีเงินจ่ายค่าเล่าเรียน ค้างชำระมาสองเทอมแล้ว เธอตัดสินใจให้นักเรียนคนนั้นออกจากโรงเรียนทันที

“สายใจ” พ้าวัย 70 และเพื่อนซึ่งมีอาชีพการไปถวายภัตตาหารเช้าที่วัดแห่งหนึ่ง ซึ่งมีเจ้าอาวาสเป็นที่ศรัทธาหนักของประชาชนทั่วประเทศ เช้าวันนั้นมีคนมาทำบุญค้ำจุนลานวัดแน่นขนัดไปด้วยรถ เมื่อได้เวลาพระฉัน ญาติโยมก็พากันกลับ สายใจพาหญิงชราและเพื่อนผู้พิการเดินกระเด้งกระแด้งฝ่าแดดกลางไปยังถนนใหญ่ เพื่อขึ้นรถประจำทางกลับบ้าน ระหว่างนั้นมีรถเก๋งหลายสิบล้อคันแล่นผ่านไปแต่ตลอดเส้นทางเกือบ 3 กิโลเมตร ไม่มีผู้ใจบุญคนใดรับผู้เฒ่าและคนพิการขึ้นรถเพื่อไปส่งถนนใหญ่เลย

เหตุการณ์ทำนองนี้มีไม่ใช่เป็นเรื่องแปลกประหลาดในสังคมไทย “ชอบทำบุญแต่ไร้น้ำใจ” เป็นพฤติกรรมที่พบเห็นได้ทั่วไปในหมู่ชาวพุทธ ทำให้เกิดคำถามขึ้นมาว่าคนไทยนับถือพุทธศาสนากันอย่างไรจึงมีพฤติกรรมแบบนี้กันมาก เหตุใดการนับถือพุทธศาสนาจึงไม่ช่วยให้คนไทยมีน้ำใจต่อเพื่อนมนุษย์โดยเฉพาะ ผู้ที่ทุกข์ยาก การทำบุญไม่ช่วยให้คนไทยมีเมตตากรุณาต่อผู้อื่นเลยหรือ

หากสังเกตจะพบว่าการทำบุญของคนไทยมักจะกระทำต่อสิ่งที่อยู่สูงกว่าตน เช่น พระภิกษุสงฆ์ วัดวาอาราม พระพุทธเจ้า เป็นต้น แต่กับสิ่งที่ถือว่าอยู่ต่ำกว่าตน เช่น คนยากจน หรือสัตว์น้อยใหญ่ เรากลับละเลยกันมาก (ยกเว้นคนหรือสัตว์ที่ถือว่าเป็น “พวกกู” หรือ “ของกู”) แม้แต่เวลาไปทำบุญที่วัด เราก็มักละเลยสามเณรและแม่ชี แต่กุฏิก็จอบเติมที่กับพระสงฆ์

อะไรทำให้เราชอบทำบุญกับสิ่งที่อยู่สูงกว่าตนใช่หรือไม่

เป็นเพราะเราเชื่อว่าสิ่งสูงส่งเหล่านั้นสามารถบันดาลความสุขหรือให้สิ่งดีๆ ที่พึงปรารถนาแก่เราได้ เช่น ถ้าทำอาหารถวายพระ บริจาคเงินสร้างวัดหรือพระพุทธรูป ก็จะได้รับความมั่งมีศรีสุขมีอายุวรรณะ สุข พละ เป็นต้น หรือช่วยให้ได้ไปเกิดในสวรรค์ มีความสุขสบายในชาติหน้า ในทางตรงข้ามสิ่งที่อยู่ต่ำกว่าเรานั้น ไม่มีอำนาจที่จะบันดาลอะไรให้เราได้ หรือไม่ช่วยให้เราสุขสบายขึ้น เราจึงไม่สนใจที่จะช่วยเหลือแผ้วแผ่ให้แก่สิ่งเหล่านั้น

นั่นแสดงว่าที่เราทำบุญกันมากมายก็เพราะหวังประโยชน์ส่วนตัวเป็นสำคัญ ดังนั้น ยิ่งทำบุญด้วยท่าทีแบบนี้ ก็ยิ่งเห็นแก่ตัวมากขึ้น ผลคือจิตใจยิ่งคับแคบ ความเมตตากรุณาต่อผู้ทุกข์ยากมีแต่จะน้อยลง ไม่ต้องสงสัยเลยว่าการทำบุญแบบนี้กลับจะทำให้บุญน้อยลง แน่แน่นอนว่าประโยชน์ย่อมเกิดแก่ผู้รับอยู่แล้ว เช่น หากถวายอาหาร อาหารนั้นย่อมทำให้พระสงฆ์มีกำลังในการศึกษาปฏิบัติธรรมได้มากขึ้น แต่อาณิสสท์ที่จะเกิดแก่ผู้ถวายนั้นย่อมไม่เต็มเม็ดเต็มหน่วย เพราะเจือด้วยความเห็นแก่ตัว ยิ่งถ้าทำบุญ 100 บาท เพราะหวังจะได้เงินล้าน บุญที่เกิดขึ้นย่อมน้อยลงไปอีกเพราะใช่หรือไม่ว่าเป็นการ “ค้ากำไรเกินควร”

บุญที่ทำในรูปของการถวายทานนั้น ไม่ว่าจะเป็อาหารหรือเงินก็ตาม จุดหมายสูงสุดอยู่ที่การลดความยึดติดถือมั่นในตัวกูของกู ยิ่งลดได้มากเท่าไรก็ยิ่งเข้าใกล้นิพพานอันเป็นประโยชน์สูงสุดที่เรียกว่า “ปรมาตตะ” ซึ่งสูงกว่าสวรรค์ในชาติหน้า (สัมปรายภิกตตะ) หรือความมั่งมีศรีสุขในชาตินี้ (ทิฏฐธัมมิกตตะ) แต่หากทำบุญเพราะหวังแต่ประโยชน์ส่วนตน ยากได้เข้าตัวมากๆ แทนที่จะสละออกไปก็ยิ่งห่างไกลจากนิพพาน หรือกลายเป็นอุปสรรคขวางกั้นนิพพานด้วยซ้ำ อันที่จริงอย่าว่าแต่นิพพานเลย แม้แต่ความสุขในปัจจุบันชาติ ก็อาจเกิดขึ้นได้ยากเพราะจิตที่คิดแต่จะเอาอันเป็นบ่อเกิดแห่งความทุกข์

ในทานมหัทธผลสูตร อังคุตตรนิกาย พระพุทธองค์ได้ตรัสกับพระสารีบุตรว่าทานที่ไม่มีอาณิสสรสัมมากได้แก่ “ทานที่ให้อย่างมีใจเยื่อใย ให้ทานอย่างมีจิตผูกพัน ให้ทานอย่างมุ่งหวังสิ่งสมบุญ” รวมถึงทานที่ให้เพราะต้องการเสวยผลในชาติหน้า เป็นต้น พิจารณาเช่นนี้ก็จะพบว่าทานที่ชาวพุทธไทยส่วนใหญ่ทำกันนั้นหาใช่ทานที่พระองค์สรรเสริญไม่ นอกจากทำด้วยความมุ่งหวังประโยชน์ในชาติหน้าแล้วยังมักมีเยื่อใยในทานที่ถวาย กล่าวคือทุกๆ ที่ถวายให้พระสงฆ์ไปแล้ว ก็ยังไม่ยอมสละสิ่งนั้นออกไปจากใจ แต่ใจยังมีเยื่อใยในของชิ้นนั้นอยู่ เช่น เมื่อถวายอาหารแก่พระสงฆ์แล้ว ก็ยังเฝ้าดูว่าหลวงพ่อดังกล่าว “ของฉัน” หรือไม่ หากทานไม่ฉัน ก็รู้สึกไม่สบายใจ คิดไปต่างๆ นานา นี่แสดงว่ายังมีเยื่อใยยึดติดผูกพันอาหารนั้นว่าเป็นของฉันอยู่ ไม่ได้ถวายให้เป็นของทานอย่างสิ้นเชิง

เยื่อใยในทานอีกลักษณะหนึ่งที่เราเห็นได้ทั่วไปก็คือการมุ่งหวังให้ผู้คนรับรู้ว่าการนั้นๆ ฉันเป็นผู้ถวาย ดังนั้นตามวัดวาอารามต่างๆ ทั่วประเทศ ของใช้ต่างๆ ไม่ว่าจะ ถ้วย ชาม แก้วน้ำ หม้อ โต๊ะ เก้าอี้ ตลอดจนขอบประตูหน้าต่างในโบสถ์วิหารและศาลาการเปรียญ จึงมีชื่อผู้บริจาคอยู่เต็มไปหมด กระทั่งพระพุทธรูปก็ไม่ละเว้นราวกับจะยังแสดงความเป็นเจ้าของอยู่ หากไม่ก็หวังให้ผู้คนชื่นชมสรรเสริญตน การทำบุญอย่างนี้ จึงไม่ได้ละความยึดติดถือมั่นในตัวตนเลย หากเป็นการประกาศตัวตนอีกแบบหนึ่งนั่นเอง

การทำบุญแบบนี้แม้จะมีข้อดีตรงที่ช่วยอุปถัมภ์วัดวาอารามและพระสงฆ์ให้ดำรงอยู่ได้ แต่ในอีกด้านหนึ่งก็ส่งเสริมให้ผู้คนมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน โดยเฉพาะการช่วยเหลือผู้ทุกข์ยากหรือไร้อำนาจวาสนา ดังนั้นจึงไม่น่าแปลกใจที่เมืองไทยมีวัดวาอารามใหญ่โตและสวยงามมากมาย แต่เวลาเดียวกันก็มีคนยากจนและเด็กถูกทอดทิ้งเป็นจำนวนมาก ไม่นับสัตว์อีกนับไม่ถ้วนที่ถูกกละเลย หรือถูกปลิดชีวิตแม้กระทั่งในเขตวัด

อันที่จริงถ้ามองให้กว้างกว่าการทำบุญ ก็คงพบปรากฏการณ์ในทำนองเดียวกัน นั่นคือคนไทยนิยมทำดีกับคนที่ถือว่าอยู่สูงกว่าตน แต่ไม่สนใจที่จะทำดีกับคนที่ถือว่าต่ำกว่าตน เช่น ทำดีกับเจ้านาย คนรวย ข้าราชการระดับสูง นักการเมือง ทั้งนี้ก็เพราะเหตุผลเดียวกันคือคนเหล่านั้นให้ประโยชน์แก่เราได้ (หรือแม้เราจะให้คนอื่นได้ไม่มาก แต่ก็สามารถให้โทษได้) ประโยชน์ในที่นี้ไม่จำเป็นต้องเป็นประโยชน์ทางวัตถุ อาจเป็นประโยชน์ทางจิตใจก็ได้ เช่น คำสรรเสริญหรือการให้ความยอมรับ ประการหลังคือเหตุผลสำคัญที่ทำให้คนไทยชวนชวชวยช่วยเหลือฝรั่งที่ตกทุกข์ได้ยากอย่างเต็มที่ แต่

กลับเมินเฉยหากคนที่เดือดร้อนนั้นเป็นพม่า มอญลาว เขมรหรือกะเหรี่ยง ใช้หรือไม่ว่าคำชื่นชมของพม่าหรือกะเหรี่ยงมีความหมายกับเราน้อยกว่าคำสรรเสริญของฝรั่ง

บุคคลจะได้ชื่อว่าเป็นคนใจบุญ ไม่ใช่เพราะนิยมทำบุญกับสิ่งที่อยู่สูงกว่าตนเท่านั้น หากยังยินดีที่จะทำบุญกับสิ่งที่เสมอกับตนหรืออยู่ต่ำกว่าตนอีกด้วย แม้เขาจะไม่สามารถให้คุณให้โทษแก่ตนได้ ก็ช่วยเหลือด้วยความเต็มใจ ทั้งนี้เพราะมีได้หวังผลประโยชน์ใดๆ นอก จากความปรารถนาให้เขาพ้นทุกข์ นี่คือการกุศลที่แท้ในพุทธศาสนา การทำดีโดยหวังผลประโยชน์ หรือยังมีการแบ่งแยกและเลือกปฏิบัติอยู่ ย่อมไม่อาจเรียกว่าทำด้วยเมตตากรุณาอย่างแท้จริง

จะว่าไปแล้ว ไม่เพียงความใจบุญหรือความเป็นพุทธเท่านั้น แม้กระทั่งความเป็นมนุษย์ก็วัดกันที่ว่าเราปฏิบัติอย่างไรกับคนที่อยู่ต่ำกว่าเราหรือมีอำนาจน้อยกว่าเรา หาได้วัดที่การกระทำต่อคนที่อยู่สูงกว่าเราไม่ ถ้าเรายังละเลยตักเตือน ผู้หญิง คนชรา คนยากจน คนพิการ คนป่วย รวมทั้งสัตว์เล็กสัตว์น้อย แม้จะเข้าวัดเป็นประจำ บริจาคเงินให้วัด อุปถัมภ์พระสงฆ์มากมาย ก็ยังเรียกไม่ได้ว่าเป็นคนใจบุญ เป็นชาวพุทธ หรือเป็นมนุษย์ ที่แท้ไม่ผิดหากจะกล่าวว่าเป็นคนใจบุญ ความเป็นศาสนิกที่แท้ในทุกศาสนาด้วย แม้จะปฏิบัติตามประเพณีพิธีกรรมทางศาสนาอย่างเคร่งครัด แต่มีินเฉยความทุกข์ยากของเพื่อนมนุษย์ หรือยิ่งกว่านั้นคือกดขี่บีฑาผู้คนในนามของพระเจ้า ย่อมเรียกไม่ได้ว่าเป็นศาสนิกที่แท้ จะกล่าวไปไปถึงความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

ในแง่ของชาวพุทธ การช่วยเหลือผู้ที่ทุกข์ยากเดือดร้อนต่างๆ ที่เขาไม่สามารถให้คุณให้โทษแก่เราได้ เป็นเครื่องฝึกใจให้มีเมตตากรุณา และลดละความเห็นแก่ตัวได้เป็นอย่างดี ยิ่งทำมากเท่าไร จิตใจก็ยิ่งเปิดกว้าง อึดตาก็ยิ่งเล็กลง ทำให้มีที่ว่างเปิดรับความสุขได้มากขึ้น ยิ่งให้ความสุขแก่เขามากเท่าไร เราเองก็ยิ่งมีความสุขมากเท่านั้น สมดังพุทธพจน์ว่า “ผู้ให้ความสุขย่อมได้รับความสุข” เป็นความสุขที่ไม่หวังจะได้รับ แต่ยังไม่อยาก ก็ยิ่งได้ ในทางตรงข้ามยิ่งอยาก ก็ยิ่งไม่ได้

เมื่อใจเปิดกว้างด้วยเมตตากรุณา เราจะพบว่าไม่มีใครที่อยู่สูงกว่าเราหรือต่ำกว่าเรา ถึงจะเป็นพม่า มอญ ลาว เขมร กะเหรี่ยง ลัวะ ชมุ เขาก็มีสถานะเสมอเรา คือเป็นเพื่อนมนุษย์และเป็นเพื่อนร่วมเกิด แก่ เจ็บ ตาย กับเรา แม้แต่สัตว์ก็เป็นเพื่อนเราเช่นกัน จิตใจเช่นนี้คือจิตใจของชาวพุทธ และเป็นที่สุดจิตของพุทธศาสนาอย่างแท้จริง

ขอเชิญชวนผู้อ่านร่วมส่งเรื่องสั้น เขียนจากประสบการณ์ ข้อแนะนำ คำเตือน ฯลฯ

ส่งบทความไปที่ pataya@d-magazine.de หรือกองบรรณาธิการ

80.00 ยูโร!!!

ก็สามารถลงโฆษณาในดี-แมกกาซีนได้

ติดต่อสอบถามได้ที่กองบรรณาธิการฯ

ดร.พัทยา เรือนแก้ว

Tel. 0160 9865 2821

E-Mail: pataya@d-magazine.de

อัญชัญ เอียร์ลิ่ง

Tel. 0177 4954 640

E-Mail: aunchun@d-magazine.de

สวพร บัวแดง

Tel. 0173 2419 550

E-Mail: swaporn@d-magazine.de

โสภพร ดวรซ์

Tel. 0157 7472 6533

E-Mail: sopaporn@d-magazine.de

อย่ารอช้า รับสมัครเป็นสมาชิก

“D-Magazine”

“นิตยสารดี มีดี เพื่อคนไทย”
สมาชิก 100 ท่านแรกจะได้รับปากกา
พร้อมกล่องสวยเก๋เป็นที่ระลึก



ใบสมัครสมาชิกนิตยสารดี

(D-Magazine)

ชื่อ(Vorname) นามสกุล (Nachname)
ที่อยู่ (Anschrift)
..... รหัสไปรษณีย์ (Postleitzahl)..... โทรศัพท์ (Telefon).....

ขอสมัครเป็นสมาชิกนิตยสารดี ประเภทสมาชิกรายปี รับนิตยสาร 4 ปีขง เริ่มตั้งแต่ ฉบับที่.....
สมาชิกในเยอรมนีและออสเตรีย ปีละ 20 ยูโร ราคารวมค่าส่ง
สมาชิกในสวิตเซอร์แลนด์ ปีละ 35 ฟรังก์ ราคารวมค่าส่ง

พร้อมทั้งนี้ได้ โอนเงินค่าสมาชิกจำนวน ยูโร

ผ่านธนาคาร Verwendungszweck: "Mitgliedbeitrag-2010"
ชื่อบัญชี THKB e.V. , Volksbank EG, Konto Nr. 47070201, BLZ 69061800
ชำระเงินสดในวันที่ จำนวน ยูโร
ลายเซ็น ผู้รับเงิน

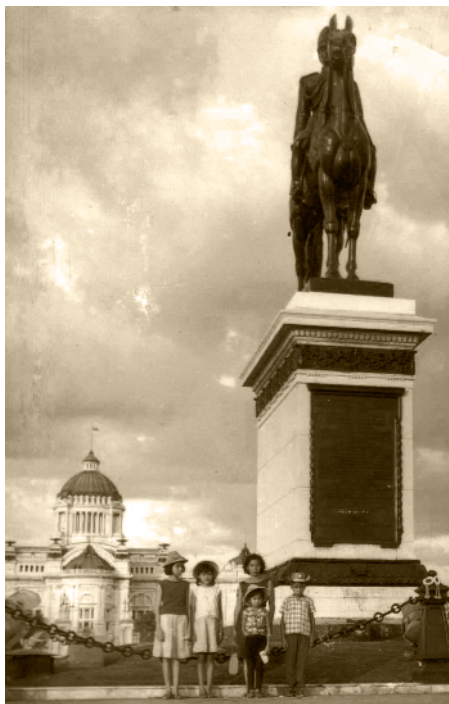
ลายมือชื่อ ผู้สมัคร
(.....)

กรณีโอนผ่านธนาคาร กรุณาส่งหลักฐานการโอนเงินพร้อมใบสมัครไปที่
D-Magazine c/o Dr.Pataya Ruenkaew, Carl-von-Ossietchky-Str.21, D-33615 Bielefeld

ฉบับหน้า.....พบกับ

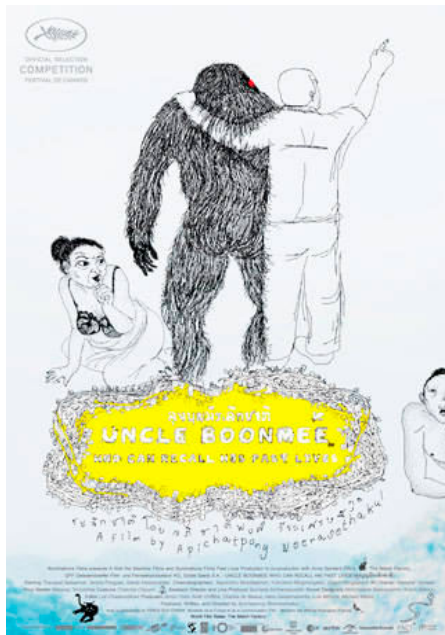


“วันปิยะมหาราช”



ในรัชสมัยของพระองค์ สยามประเทศ ได้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่สร้างความวัฒนาให้กับชาติเป็นจำนวนมาก ไม่ว่าจะเป็น การไฟฟ้า การไปรษณีย์ โทรเลข โทรศัพท์ ฯลฯ ด้วยพระราชกรณียกิจที่ยิ่งความผาสุกให้เกิดแก่ประชาชน ทวยราษฎร์ทั้งปวงจึงน้อมใจแสดงความจงรักภักดี ด้วยการถวายพระนามว่า ~~สมเด็จพระปิยะมหาราช~~ กำหนดให้ทุกวันที่ 23 ตุลาคม เป็น **วันปิยะมหาราช**

“ลุงบุญมีระลึกชาติ”



Bildquelle: <http://th.wikipedia.org>

ภาพยนตร์ไทยที่ออกฉายครั้งแรกเมื่อวันที่ 21 พฤษภาคม 2553 ในเทศกาลภาพยนตร์เมืองคานส์ และเป็นภาพยนตร์จากเอเชียตะวันออกเฉียงใต้เรื่องแรกที่ได้รับรางวัลภาพยนตร์ยอดเยี่ยม **เจย์ หรือ อภิชาติพงศ์ วีระเศรษฐกุล** ผู้กำกับ เชื่อมโยงความคิดเกี่ยวกับ **กรรม ความเชื่อเรื่อง การตาย ระลึกชาติ** ผูกความประทับใจในวัยเด็กออกมาเป็นภาพยนตร์แนวเหนือจริง ซึ่งทำให้นักวิจารณ์และผู้ตัดสินลงความเห็นว่าเป็นภาพยนตร์ที่ทำให้พวกเขาเข้าใจประเด็นเรื่องความตายจากมุมมองใหม่แบบ **“ตะวันออก”**

กฎ 7 ข้อของภรรยาหัวใหม่

เรื่องราวเคล็ด (ไม่) ลับ ของสาววัย 50 ที่ประสบความสำเร็จในการครองเรือนกับหนุ่มยุโรป ถ่ายทอดแก่เพื่อนรุ่นน้อง เริ่มตั้งแต่ ฟังตัวเองให้ได้ จงมีชีวิตส่วนตัว และ และ และ ใครอยากรู้ต้องติดตามกันใน ดีมาก เล่มสาม นะคะ

เห็บมหาภัย



Bildquelle: <http://de.wikipedia.org>

ฤดูร้อนนี้ ใครๆก็ชอบไปเดินเล่นในที่ที่มีร่มไม้ ก็ฤดูร้อนในเยอรมนีนั้นหาเดินเที่ยวจะตายไป แต่เวลาคุณไปเดินเล่นในป่า หรือเดินผ่าพงหญ้ากอหญ้า ต้องระวังนิดนะคะ อย่าไปนำแขกไม่รับเชิญกลับมาด้วย แขกที่ว่าชอบเกาะติดมาเนื้อตัว คือกัดติด มาทำความรู้จักกับ **เห็บมหาภัย** พาหะนำเชื้อโรคอันตราย การป้องกัน และหลักปฏิบัติเมื่อถูกกัด แถมวิธีการจัดการเอาเจ้าแขกตัวนี้ออกจากตัวเรากันนะคะ

ภาษาเยอรมันต่าง ๆ



ผู้ที่ทำงานมีรายได้ในประเทศเยอรมนี มีหน้าที่ต้องเสียภาษียรายได้ให้แก่รัฐ ไม่ว่าจะเป็นคนสัญชาติไหนก็ตาม ภาษาที่ต้องเสียจะเป็นจำนวนเท่าไรขึ้นอยู่กับปัจจัยอะไรบ้าง ติดตามได้ในฉบับหน้านะคะ

| Destination | Airline | Flight Number | Frequency | Class |
|-------------|---------|---------------|-----------|-------|
| Nice | AB | 8175 | 2 | A75 |
| Athens | LX | 564 | 2 | B04 |
| Wien | AZI | 954 | 1 | B05 |
| Dubai | HG | 1001 | 2 | |
| Madrid | EK | 086 | 2 | |
| Basel | IB | 3473 | 2 | |
| Geneve | LX | 2990 | 2 | |
| Thessaloni | LX | 2818 | 1 | |
| Sao Paulo | LX | 1850 | 1 | |
| Stuttgart | LX | 092 | 1 | |
| Bangkok | LX | 1178 | 1 | |
| Hong Kong | LX | 180 | 1 | |
| Johannesbg | LX | 138 | 1 | |
| Tel Aviv | LX | 288 | 1 | |
| | LX | 256 | 1 | |